

Tania BALDONADO ARIZCUREN

EL HUERTO ESCOLAR COMO INICIO DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EDUCACIÓN PRIMARIA

TFG 2013

Grado en Maestro en Educación Primaria

Trabajo Fin de Grado

***EL HUERTO ESCOLAR COMO INICIO DE UNA
ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EDUCACIÓN
PRIMARIA***

Tania BALDONADO ARIZCUREN

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
UNIVERSIDAD PÚBLICA DE NAVARRA**

Estudiante

Tania BALDONADO ARIZCUREN

Título

El huerto escolar como inicio de una alimentación saludable en Educación Primaria

Grado

Grado en Maestro en Educación Primaria

Centro

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Universidad Pública de Navarra

Director

Patxi Xabier SAEZ DE EGUILAZ

Departamento

Departamento de Psicología y Pedagogía

Curso académico

2012/2013

Semestre

Primavera

Preámbulo

El Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, modificado por el Real Decreto 861/2010, establece en el Capítulo III, dedicado a las enseñanzas oficiales de Grado, que “estas enseñanzas concluirán con la elaboración y defensa de un Trabajo Fin de Grado [...] El Trabajo Fin de Grado tendrá entre 6 y 30 créditos, deberá realizarse en la fase final del plan de estudios y estar orientado a la evaluación de competencias asociadas al título”.

El Grado en Maestro en Educación Infantil por la Universidad Pública de Navarra tiene una extensión de 12 ECTS, según la memoria del título verificada por la ANECA. El título está regido por la *Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil*; con la aplicación, con carácter subsidiario, del reglamento de Trabajos Fin de Grado, aprobado por el Consejo de Gobierno de la Universidad el 12 de marzo de 2013.

Todos los planes de estudios de Maestro en Educación Infantil se estructuran según la Orden ECI/3854/2007 en tres grandes módulos: uno, *de formación básica*, donde se desarrollan los contenidos socio-psico-pedagógicos; otro, *didáctico y disciplinar*, que recoge los contenidos de las disciplinas y su didáctica; y, por último, *prácticum*, donde se describen las competencias que tendrán que adquirir los estudiantes del Grado en las prácticas escolares. En este último módulo, se enmarca el Trabajo Fin de Grado, que debe reflejar la formación adquirida a lo largo de todas las enseñanzas. Finalmente, dado que la Orden ECI/3854/2007 no concreta la distribución de los 240 ECTS necesarios para la obtención del Grado, las universidades tienen la facultad de determinar un número de créditos, estableciendo, en general, asignaturas de carácter optativo.

Así, en cumplimiento de la Orden ECI/3854/2007, es requisito necesario que en el Trabajo Fin de Grado el estudiante demuestre competencias relativas a los módulos de formación básica, didáctico-disciplinar y practicum, exigidas para todos los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil.

En este trabajo, el módulo *de formación básica* nos ha permitido adquirir unos conocimientos que me son imprescindibles para ejercer de docente como futura profesión.

Por eso, el tipo de metodología que se ve reflejada en este proyecto, es la metodología por proyectos, aunque también aparecen otros tipos de metodologías, como por ejemplo la metodología de puzles entre otras, ya que es conveniente utilizar varias metodologías a la vez, porque es más enriquecedor y motivante para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En este proyecto se ve reflejado el desarrollo principalmente del aprendizaje significativo y por descubrimiento, a lo largo de su exposición, en las actividades que realizan, que se parte siempre de los conocimientos de los alumnos/as, se les hace partícipes del aprendizaje en todo momento investigando, etc.

También, se trabajaban con las competencias básicas en los diferentes talleres, en alguno se llega a trabajar con todas y en otros con la mayoría de ellas.

El módulo *didáctico y disciplinar* permite enmarcar la especialidad de Pedagogía Terapéutica (PT), es decir es un maestro/a especialista en Educación Especial.

En el proyecto se ve reflejado la especialidad en dos actividades, las cuales están adaptadas para un alumno que presenta trastorno de atención con hiperactividad (TDAH). Las actividades se encuentran en los puntos: 5.3.3.3 y 5.3.3.7. Al final, en la parte de los anexos puedes encontrar la ficha adaptada.

Asimismo, el módulo *practicum* se desarrolla al comienzo del proyecto cuando expongo la cuestión que me plantearon los alumnos/as durante el periodo de prácticas. La cuestión es la siguiente: “¿qué es tener el colesterol alto?”.

Resumen

El siguiente proyecto se ha desarrollado para realizarlo en el segundo ciclo de Primaria, y pensado para llevarlo a cabo en un colegio que cuente con un jardín, en este caso en el colegio Las Esclavas de Sagrado Corazón de Jesús. El objetivo que pretende conseguir poniendo en práctica este proyecto es mejorar la calidad en la alimentación y nutrición, a través de la creación del huerto escolar, concienciando al alumnado de las consecuencias que puede acarrear no llevar una dieta sana, así como posibilitar al alumnado el conocimiento de la naturaleza y el desarrollo de actitudes de interés por la conservación del medio ambiente. Pretende que sean los propios alumnos/as quienes construyan su propio aprendizaje, mostrando una actitud activa y participativa. Esta desarrollo en diez talleres, los cuales trabajan diferentes aspectos que incluyen varias áreas y competencias del currículo.

Palabras claves: huerto; plantas; alimentación; hábitos saludables; aprendizaje.

Abstract

The following project has been developed to be practiced in the second cycle of Primary Education. It is thought to be carried out at school with garden, in this case: "Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús". The project is aimed to improve the diet and nutrition quality by means of creating a school vegetable garden as well as by making children become aware of the consequences of not following a healthy diet. Besides, it wants to make possible for them to know about nature and to develop attitudes of interest towards environmental conversation. It aims to be the students themselves, the ones who build up their own learning, showing an active and participative attitude. The project is made up of ten workshops that work different aspects and include various curricular areas and competences.

Keywords: garden, plants, food, healthy habits, learning.

ÍNDICE

Introducción	1
1.Antecedentes	2
2.Marco Teórico	4
2.1.Justificación	4
2.2.Trabajo de módulos	5
3.Objetivos	11
3.1.Objetivos generales del currículo del área de Conocimiento del medio natural, social y cultural	11
3.2.Objetivo creado a partir de los objetivos del currículo	12
3.3.Objetivos específicos	12
4.Contenidos del currículo de primaria	13
5.Desarrollo del proyecto	14
5.1. Introducción	14
5.2. Competencias y áreas del currículo	17
5.3. Talleres	19
5.3.1. Taller 1 : Aprendemos investigando	19
5.3.2. Taller 2 : Información a tener en cuenta antes de la creación del huerto.	20
5.3.2.1. Recopilación de información interesante para la elaboración del huerto	20
5.3.2.2. Charla de un agricultor, hortelano	21
5.3.2.3. Creación de nuestra mascota y cuidadora del huerto	21
5.3.2.4. Excursión de visita a un huerto	22
5.3.2.5. Organización para su desarrollo	22
5.3.3. Taller 3 : ¿ Qué alimentos se pueden plantar en el huerto?	23
5.3.3.1. Video :	26
5.3.3.2. Juega, clasifica y aprende	26
5.3.3.3. Jugamos al memory de la alimentación	26
5.3.3.4. Dieta saludable	28
5.3.3.5. Nuestros menús	29
5.3.3.5.1. Exposición del problema	29
5.3.3.5.2. Grupos	30
5.3.3.5.3. Puesta en común	30
5.3.3.5.4. Elaboración menú	30
5.3.3.5.5. Evaluación	31
5.3.3.5. Concurso del cartel que impulsa a comer fruta	31
5.3.3.6. Completa el círculo alimenticio desnudo	31
5.3.4. Taller 4 : Manos a la obra	33
5.3.4.1. Recordar y aprender	33
5.3.4.2. Adivina las herramientas necesarias para utilizar en nuestro huerto	34
5.3.4.3. Comenzamos nuestra labor...	36
5.3.4.3.1. Plantar semillas en el semillero	36
5.3.4.3.2. Limpiamos el terreno elegido en el jardín del colegio	36
5.3.4.3.3. Delimitar y distribuir el terreno del huerto	36
5.3.4.3.4. Regar la tierra el día anterior a su	37

creación	
5.3.4.3.5. Inaguración del huerto	37
5.3.4.4. Continuamos con nuestra labor	38
5.3.4.4.1. Utilizamos algunas herramientas	38
5.3.4.4.2. Creamos composta para nuestro huerto	38
5.3.4.4.3. Traspaso de semillas	39
5.3.4.5. Aprender cómo cuidar las plantas y su desarrollo	39
5.3.4.5.1. Adivina cuáles son las partes de una planta y la función que desempeña	40
5.3.4.5.2. ¿Qué necesitan las plantas para poder sobrevivir y desarrollarse?	42
5.3.4.5.3. Tipos de plantas	42
5.3.5. Taller 5 : Las matemáticas son útiles para la vida cotidiana	43
5.3.6. Taller 6 : Diseña y canta	46
5.3.6.1. Área de educación artística	46
5.3.6.1.1. Nuestro huerto a menor escala	47
5.3.6.1.2. Creamos nuestro muñeco de hortalizas	47
5.3.6.1.3. Los disfraces del huerto	47
5.3.6.2. Área de música	47
5.3.7. Taller 7 : Nuestras producciones	47
5.3.7.1. Inventamos un cuento	48
5.3.7.2. Creamos un caligrama	49
5.3.7.3. Receta de una macedonia	49
5.3.8. Taller 8 : Inglés	50
5.3.9. Taller 9 : Evaluación	51
5.3.10. Taller 10 : Comida colectiva	51
Conclusiones y cuestiones abiertas	52
Referencias	54
Anexos	55
A. Anexo I : Responde al cuestionario	56
A. Anexo II : Identifica alimentos	57
A. Anexo III : Los grupos de alimentos	58
A. Anexo IV : Video « Para estar fuertes y sanos »	60
A. Anexo V : Juego	60
A. Anexo VI : Pirámide alimenticia	62
A. Anexo VII : Diploma	63
A. Anexo VIII : Círculo alimenticio	64
A. Anexo IX : Bits de los utensilios del huerto	67
A. Anexo X : Diploma de adivinanzas	75
A. Anexo XI : Invitación de inauguración del huerto	76
A. Anexo XII : Video « Jaimito y la tierra mágica »	76
A. Anexo XIII : Puzzles	77
A. Anexo XIV : Las partes de la plantas y sus alimentos	81
A. Anexo XV : Plantas mustias	82
A. Anexo XVI : Video « El coleccionista de semillas »	83
A. Anexo XVII : Colorea	83
A. Anexo XVIII : Matemáticas	84
A. Anexo XIX : Alimentos para el mercado municipal	85
A. Anexo XX : Video « Canción los alimentos »	89

A. Anexo XXI : El cuento de la lechuga	89
A. Anexo XXII : Video « Los fruittis capítulo 1 02 »	90
A. Anexo XXIII : Bits de frutas y verduras	90
A. Anexo XXIV : Tablas evaluaciones	94
A. Anexo XXV : Invitación a la comida colectiva	96

INTRODUCCIÓN:

El proyecto “El huerto escolar como inicio de una alimentación saludable en Educación Primaria” pretende concienciar al alumnado a mejorar la calidad en la alimentación y nutrición, como también las consecuencias que puede acarrear no seguir una dieta sana. Además tiene otro propósito, permitir al alumnado el conocimiento de la naturaleza y el desarrollo de actitudes de respeto hacia el medio ambiente.

Para su desarrollo se parte siempre o se tienen en cuenta los conocimientos previos que posean los alumno/as, porque de este modo los alumnos relacionan lo que ya saben con lo nuevo y provoca en ellos/as un gran interés por aprender ya que lo que están realizando les atrae y consideran que tiene sentido.

Su desarrollo está organizado en una secuencia que cuenta con diez talleres, que le permiten al profesor/a desarrollar actividades relacionadas con todas las áreas del currículo y las competencias básicas, con las que se va construyendo el huerto escolar.

Este proyecto está dirigido a colegios que imparten educación Primaria, en concreto al centro escolar “Las Esclavas de Sagrado Corazón de Jesús”, con el interés de que incorporen estrategias metodológicas innovadoras, para que los/as estudiantes puedan investigar y experimentar experiencias de la vida cotidiana al mismo tiempo que aprenden de manera más dinámica y lúdica.

1. ANTECEDENTES

Lo que provocó que llevara a cabo este proyecto, viene originado por una situación que he vivido durante el periodo de las prácticas realizadas en el centro educativo concertado de identidad cristiana “Las esclavas de Sagrado Corazón de Jesús”, situado Avenida de Villava nº 6, Pamplona. Situado entre los barrios de la Chantrea y Rochapea de Pamplona y el municipio de Ansoáin.

El colegio se encuentra en una zona periférica con una población elevada y en continua renovación. Se localiza en un barrio tradicionalmente obrero en los que confluyen viviendas antiguas y de nueva construcción. La población es variada en edad y condiciones socio-económicas.

En los últimos años se han asentado grupos de población de diferentes países y culturas ocupando las viviendas más antiguas y de menor coste.

Predominan las familias con dos o tres hijos cuyos padres y madres trabajan pero, a veces, de forma ocasional, sobre todo las mujeres. El nivel económico en general es medio o medio-bajo.

Poco a poco va subiendo el nivel cultural. En la medida que la población se va renovando se aprecia mejor preparación en los jóvenes. En cuanto a la población inmigrante hay variedad, algunos vienen muy bien preparados pero no suelen acceder a puestos de su valía; otros llegan sin estudios y se acomodan como pueden desarrollando trabajos que no necesitan calificación.

La oferta cultural de las Instituciones es cada vez mayor y aumentan las infraestructuras y las oportunidades para desarrollar actividades de todo tipo.

La situación es la siguiente: una alumna de tercero de Primaria nos preguntó a la tutora y a mí, “qué era tener el colesterol alto”, porque se lo oyó decir a una profesora. Es interesante esta cuestión para introducirles y adentrarles a los niños/as en el aprendizaje, conocimiento y creación del huerto, ya que mostraron una gran curiosidad por saber qué era “el colesterol” y qué hacer cuando nos pasa esto.

Al ser un tema tan amplio como lo es el huerto, me brinda la oportunidad de poder trabajar varios aspectos o contenidos que aparecen en el currículo, los cuales puedo relacionarlos con el detonante que ha hecho que desarrolle este proyecto: el colesterol. Aunque principalmente, me voy a centrar en la adquisición de la responsabilidad que deben presentar los/as alumnos/as sobre el cuidado del entorno, es decir, la educación en el respeto del medio ambiente y la educación para la salud.

El proyecto “El huerto escolar como inicio de una alimentación saludable en Educación Primaria”, pretendo que sea un recurso de utilización didáctico en el que se trabaje con diferentes áreas del currículo de primaria, no sólo se desarrolle el área de Conocimiento del Medio o Ciencias de la Naturaleza, sino que con ello se tengan en cuenta otras áreas del currículo (matemáticas, lengua, música, educación artística, educación física e inglés), además de emplear las competencias básicas.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Justificación

Hoy en día la sociedad en la que vivimos está sometida a un ritmo de vida que nos coacciona de alguna forma a cambiar nuestros hábitos alimenticios por unos hábitos más perjudiciales para nuestra salud, pudiendo provocar enfermedades o anomalías en nuestro organismo, como por ejemplo, la obesidad, cada vez reflejada más en niños/as de edad escolar. El estrés, la falta de tiempo para sentarte a comer, las prisas... entre otros aspectos, nos hacen olvidarnos que se debe llevar en la medida de lo posible una alimentación sana. Pero todos estos aspectos, nos hacen optar por escoger la manera más fácil y cómoda de comer que contienen productos no tan sanos.

Además, no debemos olvidarnos de las generaciones anteriores, cuando se dedicaban a cultivar la huerta para obtener comida con la que alimentarse, la cual era natural y muy sana, es decir, no seguían ni contenían productos químicos, conservantes... como los alimentos de hoy en día. También, debemos tener en cuenta que el sector de la agricultura es un pilar fundamental para que una persona pueda vivir, gracias a los alimentos que nos proporciona para los seres vivos, y que poco a poco va disminuyendo y hay cada vez menos personas que se dedican a ejercer esta profesión. Así, de esta manera también fomentar la gran importancia que tiene el sector primario en la sociedad.

Soy consciente de la sabiduría de los antepasados, y por ello comenté una frase que me solía decir mi abuela, porque tiene toda la razón, "Las personas son lo que comen", ya que cuando mantenemos o seguimos unos hábitos alimenticios equilibrados y saludables nos sentimos mejor con nosotros mismos y por lo tanto la sensación de bien estar y satisfacción que sentimos, de un modo u otro la demostramos en nuestro entorno.

La elección de trabajar el huerto, ha sido porque me gustaría que el alumnado de 3º de Primaria, sea conscientes de la importancia que tiene llevar una dieta saludable a lo largo de nuestra vida, siguiendo unos hábitos para mantener una vida sana, y por consiguiente evitar coger enfermedades que las ocasione la

mala alimentación. Todo esto, conlleva saber que existen diferentes tipos de alimentos, los cuales siguen un procedimiento y que para ello es de gran importancia cuidar y respetar el medio ambiente, porque de esta forma estaremos también cuidándonos a nosotros/as mismos/as.

Este proyecto es mayormente empírico, porque casi todo su desarrollo es para llevarlo a la práctica, donde el alumnado debe investigar y experimentar hasta crear ellos mismos su conocimiento y aprender con ello. También contiene un pequeño porcentaje teórico.

Del mismo modo, el haber elegido la metodología de trabajar por proyectos, es una forma diferente y original de aprender y de interactuar con el mundo que nos rodea, así como también con los compañeros/as, profesores, familiares...y más aún de motivarlos por aprender a través de la investigación para llevar a cabo la creación de un huerto con ilusión y compromiso colectivo. El alumnado muestra una actitud activa para aprender.

2.2. Trabajo de módulos

2.2.1. Módulo genérico

A lo largo del grado en educación primaria he cursado asignaturas muy interesantes (la profesión docente, instituciones educativas, aprendizaje y desarrollo de la personalidad, sociedad, familia y escuela inclusiva, procesos y contextos educativos, diversidad y respuesta psicopedagógica, la didáctica de ciencias sociales y naturales, matemáticas, lengua, plástica y música, educación física, etc.) con las cuales he adquirido unos conocimientos que me son imprescindibles para ejercer de docente como futura profesión.

Hoy en día la educación se centra en el desarrollo de competencias, las cuales debe alcanzar todo alumnado para conseguir una educación básica. Una competencia es el conjunto de capacidades que engloba aptitudes, habilidades, conocimientos y destrezas que un niño/a consigue a través de procesos de aprendizaje y que se manifiestan en diversas situaciones y contextos de la vida.

Las diferentes competencias son las siguientes: (1)

- *Competencia en comunicación lingüística:* la adquisición de esta competencia conlleva ser capaz de utilizar adecuadamente el lenguaje tanto en la comunicación escrita como oral. También, saber interpretar y comprender el lenguaje en diferentes contextos de la vida. Además de posibilitar al alumnado/a tener juicios críticos, crear ideas y adoptar decisiones. En el caso de una lengua extranjera, el alumno debe ser capaz de comunicarse de modo que se enriquezcan sus relaciones sociales y favorezca el poder desenvolverse en distintos contextos.
- *Competencia matemática:* implica adquirir habilidad para utilizar y relacionar números, sus operaciones básicas y el razonamiento matemático para interpretar la información. Incrementar los conocimientos y saber resolver problemas tanto de la vida cotidiana como del mundo laboral.
- *Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:* habilidad que adquiere el alumno/a para desenvolverse de manera autónoma y con iniciativa personal en ámbitos de la vida y de conocimientos muy diversos (salud, consumo, ciencia), de modo que aprenda a analizar, interpretar y obtener conclusiones personales en un contexto que los avances científicos y tecnológicos se desarrollan muy rápidamente.
- *Competencia social y ciudadanía:* las habilidades que se adquiere en esta competencia son: conocerse y valorarse uno mismo/a, saber comunicarse en diferentes contextos, comprender los diferentes puntos de vista, manifestar las ideas propias y saber escuchar las de los demás, valorar los intereses individuales y los de grupo, en resumen habilidades para participar activamente.
- *Tratamiento de la información y competencia digital:* capacidad que presenta el alumno/a para buscar, obtener, procesar y comunicar información y después convertirla en conocimiento. Saber acceder a la información y transmitirla, así como hacer uso de los recursos tecnológicos para resolver problemas reales de modo eficiente.

- *Competencia cultural y artística:* el conjunto de destrezas que configuran esta competencia se refiere tanto a la habilidad para apreciar y disfrutar con el arte y otras manifestaciones culturales, como a aquellas relacionadas con el empleo de algunos recursos de la expresión artística para realizar sus creaciones propias.
- *Competencia para aprender a aprender:* supone disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera cada vez más eficaz y autónoma de acuerdo a los propios objetivos y necesidades.
- *Autonomía e iniciativa personal:* se refiere a la adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de calcular riesgos y de afrontar los problemas, así como la capacidad de demorar la necesidad de satisfacción inmediata, de aprender de los errores y de asumir riesgos.

El planteamiento de competencias tiene una visión global, ya que se tienen en cuenta al alumno/a y a su entorno, y también promueve que el alumnado construya su propio conocimiento.

Cuando decimos que es el niño/a quién construye su propio aprendizaje, hace referencia a varios aprendizajes que se llevan a cabo para aprender, como lo son: el significativo y por descubrimiento. El aprendizaje significativo es aquel en el que el alumno/a considera que tiene un sentido aprender. El que relaciona los nuevos conocimientos con los que ya posee el alumnado, es decir, con conocimientos previos, situaciones cotidianas o reales, etc. Y de este modo construir un nuevo aprendizaje. Actuando el maestro/a como guía intermediario entre los conocimientos y los alumnos, dejando de ser él/ella el/la que simplemente se encarga de impartir las clases, y ofreciendo al alumnado a que participen en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

(1)Extraído: http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2007/64/Anuncio-0/

Pero el papel fundamental del maestro/a para lograr la participación del alumnado es crear estrategias para que los niños/as se sientan motivados y disfruten aprendiendo nuevos conocimientos.

El objetivo de la educación es conseguir el desarrollo integral del niño/a, para ello se debe trabajar de manera transversal, es decir, utilizando todas las áreas en conjunto y no por separado. Por eso el tipo de metodología que se emplee va provocar en los niños/as el interés o no por aprender. Se les puede enseñar de varias maneras, como por ejemplo, siendo participes en su propio aprendizaje o presentando una actitud pasiva de escucha, mecánica y memorística. Por ello una metodología idónea para llevar a cabo el desarrollo integral del niño/a, es la metodología por proyectos. La metodología basada en proyectos consiste en que sean los propios alumnos/as quienes planean, implementan y evalúan proyectos que tienen aplicación en el mundo real más allá del aula de clase.

Por eso, el tipo de metodología que se ve reflejada en este proyecto, es la metodología por proyectos, aunque también aparecen otros tipos de metodologías, como por ejemplo la metodología de puzles entre otras, ya que es conveniente utilizar varias metodologías a la vez, porque es más enriquecedor y motivante para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En este proyecto se ve reflejado el desarrollo principalmente del aprendizaje significativo y por descubrimiento, a lo largo de su exposición, en las actividades que realizan, que se parte siempre de los conocimientos de los alumnos/as, se les hace participes del aprendizaje en todo momento investigando, etc.

También, se trabajaban con las competencias básicas en los diferentes talleres, en alguno se llega a trabajar con todas y en otros con la mayoría de ellas.

2.2.2. Módulo disciplinar

La mención en la que yo me he especializado en el grado es Pedagogía Terapéutica (PT), es decir, es un maestro/a especialista en Educación Especial. Su función es ayudar a niños/as que presenta necesidades educativas especiales. Algunas de las funciones que realiza un maestro/a PT son: elaborar adaptaciones curriculares individualizadas, orientar al profesorado en relación a las adaptaciones metodológicas y organizativas del aula, así como también a los materiales didácticos y recursos personales adecuados, elaborar materiales específicos para el proceso de enseñanza-aprendizaje, entre otras muchas funciones que desempeña.

A continuación muestro un recuadro en el que se puede observar la clasificación de las necesidades que puede presentar el alumnado.

Tabla 1. Clasificación de las necesidades de aprendizaje

CLASIFICACIÓN DE LAS NECESIDADES DE APRENDIZAJE			
Necesidad específica	Es aquella necesidad que plantea una respuesta educativa para un sujeto y sólo para ese sujeto, quién necesita la intervención de una persona para apoyarle.		
Alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (permanente o no)	Alumnado con necesidades educativas especiales (permanentes)	Sensorial	Visual
			Auditiva
		Motórica	
		Psíquica	
	Alumnado con dificultades específicas de aprendizaje (no permanentes, sino transitorias)	Escritura	
		Lectura	
		Expresión oral	
		Matemáticas	
	Alumnado de altas capacidades intelectuales		
	Alumnado de incorporación tardía		

	Alumnado de condiciones personales e historial escolar desfavorables.	
Trastorno generalista del desarrollo (TGD) o Trastorno del espectro autista (TEA)	Se caracteriza por una perturbación grave y generalizada de varias áreas del desarrollo: 1) Las habilidades para la interacción social. 2) Las habilidades para la comunicación. 3) La presencia de comportamientos, intereses y actividades estereotipados.	Trastorno autista
		Trastorno de Asperger
		Trastorno generalizado del desarrollo no especificado.
Trastorno o déficit de atención con o sin hiperactividad (TDA-TDAH)	<p>TDA: alteración de áreas cerebrales relacionadas con la focalización de la atención.</p> <p>TDAH: déficit en el autocontrol, déficit en la inhibición del comportamiento y falta de reflexividad en el pensamiento.</p>	
Trastornos concretos que tienen características concretas	Trastorno disocial, trastorno desafiante y oposicionista, agresividad, etc.	

En el proyecto se ve reflejado la especialidad en dos actividades, las cuales están adaptadas para un alumno que presenta trastorno de atención con hiperactividad (TDAH). Las actividades se encuentran en los puntos: 5.3.3.3 y 5.3.3.7. Al final, en la parte de los anexos, puedes encontrar la ficha adaptada.

2.2.3. Módulo prácticum

En cuanto a este módulo, he de decir que se ve reflejado al comienzo del proyecto cuando expongo la cuestión que me plantearon los alumnos/as durante el periodo de prácticas. La cuestión es la siguiente: “¿qué es tener el colesterol alto?”.

Esta cuestión provocó una gran incertidumbre al alumnado por saber qué era y una preocupación por lo que te pueda pasar y qué soluciones existen para ello. Por lo que vi conveniente trabajar con ello relacionándolo con la

alimentación saludable y de esta manera adentrarles y motivarles para la creación del huerto del colegio.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivos del currículo del área de conocimiento del medio natural, social y cultural (2)

4. *Comportarse de acuerdo con los hábitos de salud y cuidado personal que se derivan del conocimiento del cuerpo humano, mostrando una actitud de aceptación y respeto por las diferencias individuales (edad, sexo, características físicas, personalidad).*

5. *Participar en actividades de grupo adoptando un comportamiento responsable, constructivo y solidario, respetando los principios básicos del funcionamiento democrático.*

7. *Analizar algunas manifestaciones de la intervención humana en el medio, valorándola críticamente y adoptando un comportamiento en la vida cotidiana de defensa y recuperación del equilibrio ecológico y de conservación del patrimonio cultural.*

10. *Identificar, plantearse y resolver interrogantes y problemas relacionados con elementos significativos del entorno, utilizando estrategias de búsqueda y tratamiento de la información, formulación de conjeturas, puesta a prueba de las mismas, exploración de soluciones alternativas y reflexión sobre el propio proceso de aprendizaje.*

11. *Planificar y realizar proyectos, dispositivos y aparatos sencillos con una finalidad previamente establecida, utilizando el conocimiento de las propiedades elementales de algunos materiales, sustancias y objetos.*

12. *Utilizar la biblioteca escolar, las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información y como instrumento para aprender y compartir conocimientos.*

(2) Extraído: http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2007/64/Anuncio-0/

3.2. Objetivo creado a partir de los objetivos del currículo

Mejorar la calidad en la alimentación y nutrición, a través de la creación del huerto escolar, concienciando al alumnado de las consecuencias que puede acarrear no llevar una dieta sana, así como posibilitar al alumnado el conocimiento de la naturaleza y el desarrollo de actitudes de interés por la conservación del medio ambiente.

3.3. Objetivos específicos

- Involucrar a padres de familia, estudiantes y maestros en el desarrollo del huerto.
- Reconocer y socializar la importancia que tienen el huerto.
- Generar vínculos afectivos y relaciones positivas entre la escuela y los alumnos.
- Aprender a través de la investigación, exploración y participación.
- Aprender a cultivar el huerto.
- Aprender a utilizar las herramientas del huerto.
- Ser consciente de la importancia del cuidado del medio ambiente.
- Aprender cuales son las necesidades de las plantas, las partes de las plantas y los tipos.
- Conocer hábitos saludables de alimentación.
- Conocer los principales nutrientes: grasas, hidratos de carbono, proteínas, vitaminas y sales minerales, aprendiendo lo que cada uno de ellos aporta a nuestro organismo.
- Comprender qué tipo de nutrientes nos aporta cada alimento.
- Saber que los hábitos saludables nos ayudan a prevenir muchas enfermedades y a encontrarnos mejor.
- Saber que una dieta saludable debe ser equilibrada y suficiente.
- Conocer algunas pautas para elaborar una dieta saludable.
- Conocer la pirámide de los alimentos y cómo aplicarla.
- Elaborar una dieta saludable.
- Desarrollar la creatividad e imaginación.
- Conocer y valorar la importancia de los números en la vida cotidiana en diferentes contextos.

- Aprender vocabulario de frutas y verduras en inglés.

4. CONTENIDOS DEL CURRÍCULO DE PRIMARIA

Los contenidos a llevar a cabo en el desarrollo de este proyecto son del tercer ciclo y concretamente del área de Conocimiento del medio natural, social y cultural. (3)

Tabla 2. Contenidos del currículo de Primaria

BLOQUES	CONTENIDOS
Bloque 1: El entorno y su conservación.	Respeto, defensa y mejora del medio ambiente
Bloque 2: La diversidad de los seres vivos	Plantas: hierbas, arbustos y árboles. Características, reconocimiento y clasificación. La nutrición, relación y reproducción de animales y plantas. Clasificación de animales y plantas en relación con las funciones vitales. La agricultura. Estudio de algunos cultivos. Interés por la observación y el estudio de todos los seres vivos. Comportamiento activo en la conservación y el cuidado de plantas y animales.
Bloque 3: La salud y el desarrollo personal	Identificación y adopción de hábitos de higiene, de descanso y de alimentación sana. Dietas equilibradas. Prevención y detección de riesgos para la salud. Actitud crítica ante las prácticas sociales que perjudican un desarrollo sano y obstaculizan el comportamiento responsable ante la salud. Planificación de forma autónoma y creativa de actividades de ocio, individuales o colectivas.
	Organización de la comunidad educativa y participación en las actividades del centro. Las normas de convivencia y su

Bloque 4: Personas, culturas y organización social	<p>cumplimiento. Valoración de la cooperación y el diálogo como forma de evitar y resolver problemas.</p> <p>Obtención de información a través de las tecnologías de la información y la comunicación, valorando su contenido.</p>
Bloque 7: Objetos, máquinas y tecnologías	<p>Identificación y descripción de oficios en función de los materiales, herramientas y máquinas que utilizan.</p>

5. DESARROLLO DEL PROYECTO

5.1. Introducción

La metodología que se va a usar para trabajar “El Huerto escolar como inicio de una alimentación saludable en Educación Primaria” es por proyectos. Se le proporciona una pregunta al alumnado en base a la duda que se les originó sobre qué era tener el colesterol alto, con la cual deben realizar hipótesis e investigar para poder comprobarlas y después poder resolverlas.

Está pensado para realizarlo en el segundo ciclo, concretamente en 3º de Primaria. Su desarrollo va a constar de diferentes talleres, en los cuales se van a trabajar diferentes aspectos o contenidos relacionados con distintas áreas del currículo.

Este proyecto se llevará a cabo durante un mes y medio. Se dedicaran varias sesiones por taller, es decir, una sesión de cincuenta minutos por actividad, aunque siempre siendo flexibles por si fuera necesario modificarlo, ya que no se puede saber su temporalización exacta hasta que se pone en práctica.

(3) Extraído:http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2007/64/Anuncio-0/

Tabla 4. Temporalización de los talleres

TALLER	SESIONES
Taller 1: “Aprendemos investigando”	1 sesión (50 minutos)
Taller 2: “Información a tener en cuenta antes de la creación de nuestro huerto”	10 sesiones (so minutos cada una)
Taller 3: “¿Qué alimentos se pueden plantar en el huerto?”	16 sesiones (50 minutos cada una)
Taller 4: “Manos a la obra”	15 sesiones (50 minutos cada una)
Taller 5: “Las matemáticas son útiles para nuestra vida cotidiana”	2 sesiones (50 minutos cada una)
Taller 6: “Diseña y canta”	4 sesiones (50 minutos cada una)
Taller 7: “Nuestras producciones”	4 sesiones (50 minutos cada una)
Taller 8: “Inglés”	1 sesión (50 minutos)
Taller 9: Evaluación	1 sesión (50 minutos)
Taller 10: “Comida colectiva”	Un día en horario escolar

En todos los talleres se va a llevar a cabo una metodología activa, haciéndoles participe a todo el alumnado y trabajando además en algunos de los talleres de forma cooperativa. De esta forma, se sienten más motivados, a su vez que trabajar investigando y siendo ellos mismos quienes van construyendo su propio conocimiento les anima a aprender, es decir, se lleva a cabo un aprendizaje por descubrimiento.

En el primer taller, los alumnos/as tendrá que investigar para buscar información acerca de la incertidumbre que muestran sobre la cuestión detonante para el desarrollo de dicho proyecto: ¿Qué es tener el colesterol alto y qué soluciones existen para su mejora?

Será en este taller donde el profesor/a introducirá al alumnado con las aportaciones que le proporcionen, para poder de esta manera guiarles hasta conseguir llegar a la dieta sana, además de motivarlos.

El segundo taller, va consistir en recopilar información relevante antes de crear el huerto escolar, ya que deben aprender ciertos aspectos relacionados con el huerto y llevar a cabo una buena organización, así como archivar toda la información necesaria. Se realizarán varias actividades en diferentes sesiones.

En el tercer taller, se va a trabajar la buena alimentación y los grupos de alimentos. También, va estar desarrollado en diferentes sesiones, en las cuales se trabajen aspectos importantes que deben aprender para conseguir hábitos de una dieta equilibrada, además de trabajar con otras áreas del currículo. Primero, se comenzará enseñando al alumnado/a los diferentes tipos de grupos de los alimentos, luego realizarán varias actividades y a continuación aprenderán qué se debe hacer para llevar una alimentación equilibrada.

En el cuarto taller, se comienza a crear el huerto escolar. Se realizarán varias actividades en diferentes sesiones, para aprender todo el procedimiento que es necesario seguir para la creación de la huerta escolar y aquellos materiales que se necesitan.

El quinto taller, radica en el desarrollo de la competencia matemática, donde se le planteará al alumnado situaciones de la vida cotidiana que tenga que utilizar los contenidos aprendidos en el área de matemáticas.

El sexto taller, se va a basar en realizar creaciones artísticas con diferentes materiales utilizando la imaginación de los alumnos/as. A parte, de la creación del huerto escolar que se está llevando a cabo y el cual va precisar de bastante tiempo. Además, trabajarán la música a través de canciones relacionadas con el huerto.

El séptimo taller, se fundamenta en el desarrollo de la competencia lingüística. Realizaran actividades relacionadas con el huerto escolar, producciones de cuentos, caligramas, recetas...

En el octavo taller, se va a llevar a cabo la lengua extranjera, en este caso, el inglés, donde los niños/as realizarán varias actividades para aprender un vocabulario específico.

En el noveno taller, se realizará una evaluación individual y conjunta.

El décimo taller y último, consistirá en realizar una comida colectiva, donde colaboraran todos las personas que forman la comunidad educativa con los productos cultivados en el huerto.

5.2. Competencias y áreas del currículo

La siguiente tabla recoge todas las áreas y competencias que se llevan a cabo en los diferentes talleres de los que consta el proyecto del huerto. (4)

Tabla 3. Competencias y áreas del currículo de Primaria

ACTIVIDADES	COMPETENCIAS	ÁREA
Taller 1: "Aprendemos investigando"	1. En comunicación lingüística 2. En el conocimiento y la interacción con el mundo físico 3. Tratamiento de la información y competencia digital 4. Social y ciudadana 5. Para aprender a aprender 6. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Lengua y literatura castellana
Taller 2: "Información a tener en cuenta antes de la creación de nuestro huerto"	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mundo físico 4. Tratamiento de la información y competencia digital 5. Social y ciudadana 6. Cultural y artística 7. Para aprender a aprender 8. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística - Educación física
	1. En comunicación	- Conocimiento del medio

Taller 3: ¿Qué alimentos se pueden plantar en el huerto?	lingüística 2. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 3. Tratamiento de la información y competencia digital 4. Social y ciudadana 5. Cultural y artística 6. Para aprender a aprender 7. Autonomía e iniciativa personal	natural, social y cultural - Lengua y literatura castellana - Educación artística
Taller 4: "Manos a la obra"	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Tratamiento de la información y competencia digital 5. Social y ciudadana 6. Cultural y artística 7. Para aprender a aprender 8. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística - Educación física
Taller 5: Las matemáticas son útiles para nuestra vida cotidiana	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Social y ciudadana 5. Cultural y artística 6. Para aprender a aprender 7. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística
Taller 6: Diseña y canta	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Social y ciudadana 5. Cultural y artística 6. Para aprender a aprender 7. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística
Taller 7: Nuestras producciones	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Social y ciudadana 5. Cultural y artística 6. Para aprender a aprender 7. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística
	1. En comunicación	- Conocimiento del medio

Taller 8: Inglés	lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Tratamiento de la información y competencia digital 5. Social y ciudadana 6. Para aprender a aprender 7. Autonomía e iniciativa personal	natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Lengua inglesa
Taller 9: Evaluación	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Tratamiento de la información y competencia digital 5. Social y ciudadana 6. Cultural y artística 7. Para aprender a aprender 8. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana - Educación artística - Educación física - Lengua inglesa
Taller 10: Comida colectiva	1. En comunicación lingüística 2. Matemática 3. En el conocimiento y la interacción con el mudo físico 4. Social y ciudadana 5. Para aprender a aprender 6. Autonomía e iniciativa personal	- Conocimiento del medio natural, social y cultural - Matemáticas - Lengua y literatura castellana

5.3. Talleres

5.3.1. *Aprendemos investigando.*

En el primer taller, antes de empezar a investigar los alumnos/as aportaran hipótesis sobre que creen qué es y qué soluciones existen.

Después, el alumnado tendrá que buscar información en Internet u otras fuentes acerca de lo qué es el colesterol y qué soluciones existen para su mejora.

(4) Extraído: http://www.navarra.es/home_es/Actualidad/BON/Boletines/2007/64/Anuncio-0/

De esta forma, con la información que proporcionen los alumnos/as se realizará una lluvia de ideas en clase, y será la profesora quién les guíe hasta llegar a la conclusión de que se debe hacer una *dieta sana*, para poder iniciarles en el proyecto del huerto escolar.

A continuación, el profesor/a les planteará cuestiones, como por ejemplo, “¿qué es una dieta?”; “¿qué alimentos se deben comer para conseguir llevar a cabo una dieta equilibrada?”; “¿de dónde proceden esos alimentos?”; “¿cómo los podemos conseguir?”; “¿qué productos se pueden plantar?”; “¿os gustaría crear un huerto en el colegio?”

5.3.2. Taller 2 : Información a tener en cuenta antes de la creación del huerto.

Antes de empezar a crear el huerto, los niños/as realizarán varias actividades, con las cuales recogerán e interiorizarán la suficiente información para poder crear el huerto.

5.3.2.1. Recopilación de información interesante para la elaboración del huerto.

Esta actividad consiste en: contestar a una serie de preguntas y para ello tendrán que buscar información en diferentes fuentes o hacerles una entrevista a los abuelos/as.

Cuando todo el alumnado haya realizado el cuestionario, el profesor/a lo pondrá en común en clase en gran grupo. De esta manera, los alumnos/as podrán ampliar y completar sus cuestionarios con datos que no tienen o no han podido encontrar.

El haber realizado este cuestionario les servirá para poseer algunos conocimientos importantes que se deben aprender si se quiere crear un huerto escolar, y también para la siguiente actividad que tendrán, en la que un agricultor les dará una charla de cómo se debe crear un huerto.(Véase anexo 1)

5.3.2.2. *Charla de un agricultor, hortelano.*

El alumnado recibirá a un agricultor, quién les dará una conferencia o discurso y les aportará mucha información acerca del huerto, cómo crearlo, donde situarlo, los cuidados que precisa, que se puede cultivar, etc. Es decir, les resolverá todas las dudas posibles que se les surjan a los niños/as.

El alumnado deberá coger apuntes sobre lo que les parezca interesante para la elaboración del huerto.

5.3.2.3. *Creación de nuestra mascota y cuidadora del huerto.*

Antes de iniciar la realización del huerto escolar, los alumnos/as deberán crear una mascota simulando ser un espantapájaros, quién será la encargada de “vigilar” el huerto durante la noche y de todo aquello que le ocasione daños, como por ejemplo, los pájaros, los insectos.

Para la creación de la mascota, se va a centrar principalmente en el desarrollo del área de plástica. Con esta actividad los niños/as desarrollan la creatividad e imaginación, además de disfrutar.

Se les realizarán varias preguntas, como por ejemplo: ¿qué es un espantapájaros?, ¿si han visto alguna vez alguno?, ¿dónde creen que viven o dónde suelen estar colocados?, ¿para qué se utilizan?, ¿Cómo podemos crear un espantapájaros?

Después, el profesor o profesora enseñará varias imágenes de espantapájaros en la pizarra digital, para aquellos/as niños/as que no saben qué es un espantapájaros. Luego, les nombrará y enseñará imágenes de diferentes materiales con los que se pueden realizar un espantapájaros, como por ejemplo: bolas de poliestirano para simular la cabeza, escoba, palos de madera, paja, cuerdas, botones, camisetas de manga larga y pantalones viejos, gorros, bolsas de basuras, papel de pinocho, papel de regalo, etc.

Se dividirá al grupo de veintiocho niños/as en cuatro subgrupos de siete personas cada uno de ellos. Cada grupo, tendrá que crear una mascota. Como se obtendrán cuatro mascotas, se realizará una votación y la más votada será la primera que vigile nuestro huerto durante dos semanas, después se sustituirá por otra mascota, así hasta que hayan sido todas vigilantes del huerto. Las mascotas no utilizadas durante ese determinado tiempo en el huerto, serán utilizadas de decoración para la clase o el colegio.

Lo primero que harán será decidir el nombre con el que se le va a llamar a la mascota o espantapájaros. Cada grupo deberá realizar una lluvia de ideas con diferentes nombres que aporten los componentes del grupo y posteriormente se hará una votación, y el nombre más votado será el elegido. Para el día siguiente, cada componente del grupo deberá traer material para la creación de sus espantapájaros.

5.3.2.4. Excursión de visita a un huerto.

En esta actividad se les llevará a los alumnos/as de excursión a “La Casa de Gurbendi”. Allí les enseñarán a plantar semillas, la importancia del uso del agua y lo importante que es llevar una dieta saludable, para ello les enseñarán hacer brochetas con diferentes piezas de frutas.

5.3.2.5. Organización para su desarrollo.

En este caso, el colegio que va a llevar a cabo este proyecto, cuenta con un jardín enorme donde se puede plantar sin problemas, ya que la tierra es bastante fértil y llana.

En la primera sesión los niños/as se desplazarán con el profesor/a al jardín del colegio a decidir el lugar dónde se va a crear el huerto escolar. Para ello, tendrán que tener en cuenta que no se puede plantar en cualquier lugar del jardín, sino que hay lugares que son mejores porque reciben más horas de luz al cabo del día. Condición fundamental para que el huerto vaya evolucionando.

Una vez decidido el lugar, los alumnos/as tendrán que recopilar datos sobre las dimensiones del huerto, es decir, recoger datos sobre cómo va a ser de ancho, de largo y cómo se va a distribuir.

Cuando tengan los datos de las dimensiones del huerto, en el aula realizarán un plano, (cómo se hace para cualquier construcción, ya sea pisos, escuelas, parking, etc.) en el cual se podrá observar donde van a situar el huerto en el colegio.

Al ser un proyecto que precisa demasiada organización, en el aula también debatirán que personas a parte de los niños/as puede hacerse cargo también del huerto, como por ejemplo, familias, profesorado, conserje del colegio, etc. De este modo, se convierte en un proyecto conjunto, donde toda ayuda para colaborar en su desarrollo será beneficiosa para todos/as.

5.3.3. *¿Qué alimentos se pueden plantar en el huerto?*

En este apartado, el profesor/a y alumnos/as pensarán en el tipo de productos que se pueden plantar y tendrán que tener en cuenta, cuáles son los mejores alimentos para cultivar en esa época y ser conscientes de que es el comienzo y que no se deben plantar demasiados alimentos. Realizarán una lluvia de ideas aportando diferentes alimentos y después harán una selección de aquellos que vayan a plantar. Tendrán que recordar aspectos importantes que aprendieron en los talleres anteriores, como por ejemplo, en la charla del agricultor, la excursión a la “Casa de Gurbendi”. Esta información tendrá que estar recogida y archivada junto con las dimensiones y el plano, para la creación de su futuro huerto escolar.

Teniendo en cuenta la información que recopilaron en el primer taller, sobre que alimentos se deben comer para hacer una dieta saludable, el profesor/a les hará recordarlo y así aprovechará a explicarles varios aspectos relacionados con el cuidado de nuestro cuerpo.

Comenzará preguntando qué es necesario hacer para tener una *vida sana*. El alumnado irá aportando ideas, hasta que lleguen a los cuatro aspectos

fundamentales que son: tener una alimentación variada, realizar ejercicio físico, asearnos y dormir las horas convenientes.

Luego, el profesor/a les expondrá varias frases y los alumnos tendrán que decir si les parecen correctas o no y por qué.

Las frases serán las siguientes:

- Beber refrescos diarios en vez de agua.
- El desayuno es la comida más importante del día, porque no ayuda a empezar el día con energía.
- Se deben hacer tres comidas al día.
- Limpiar los dientes elimina las bacterias que causan la caries.
- Dormir es una pérdida de tiempo porque no haces nada.
- Debo comer chocolate todos los días porque me ayuda a estudiar.
- Debo comer cinco piezas de frutas al día.
- Debo beber ocho vasos de agua diarios.

El maestro/a se centrará en la alimentación y los alimentos. Primero, les explicará a los niños y niñas que los seres vivos necesitan alimentos para poder vivir, porque nos ayudan a crecer y realizar actividades como estudiar, trabajar, jugar, correr, etc.

Segundo, les explicará la procedencia de los alimentos, que puede ser de origen vegetal, que son los cultivados en huertos y campos; y de origen animal. Para ello, les mostrara imágenes de platos cocinados o no cocinados, y los niños/as tendrán que identificar los alimento que aparecen y reflexionar sobre la procedencia, si es de animales o de plantas, de cada uno de ellos. (Véase anexo 2)

Luego, les enseñara que existen diferentes grupos de alimentos, que se agrupan según las sustancias nutritivas qué contienen cada uno de ellos, y que gracias a esas sustancias nuestro cuerpo puede crecer, realizar cualquier actividad y son consideradas imprescindibles para su funcionamiento.

Les explicará que hay seis *grupos de alimentos* y les enseñará fotografías de cada uno de ellos:

Tabla 5. Los grupos de alimentos

1. Leche y derivados: como el yogurt y el queso, tienen proteínas, grasas y calcio, y son necesarios para el crecimiento de los huesos.
2. Carne, pescado, huevos, legumbres y frutos secos: son muy ricos en proteínas y también suelen contener grasa. Son necesarios para el desarrollo de los músculos.
3. Aceite, mantequilla y embutidos: nos proporcionan muchas grasas, que nos aportan energía.
4. Cereales, pan, pasta y patatas: nos proporcionan energía a partir de los hidratos de carbono.
5. Verduras y hortaliza: contienen mucha agua y gran cantidad de vitaminas y minerales. Nos ayudan a estar sanos y prevenir enfermedades.
6. Frutas: nos proporcionan mucha agua, vitaminas y minerales, al igual que las verduras y hortalizas.

Tabla 6. Los grupos de las sustancias nutritivas

SUSTANCIA NUTRITIVA	FUNCIÓN EN NUESTRO CUERPO
Hidratos de carbono	Aportan energía
Grasas	Proporciona energía y materia de reserva
Proteínas	Posibilita el crecimiento de nuestro cuerpo
Vitaminas y sales minerales	Permiten un buen funcionamiento del cuerpo
Agua	Partícipe en muchos procesos de nuestro organismo

(Véase anexo 3)

Después, para comprobar que lo han interiorizado y les resulte más fácil comprenderlo, los alumnos/as realizarán varias actividades que les ayudarán a aprenderlo de una manera más lúdica.

5.3.3.1. *Para estar fuertes y sanos.*

En esta actividad se les pondrá un video a los niños/as sobre la buena alimentación y tendrán que reflexionar y relacionar sus conocimientos previos con los nuevos, en relación al video. (Véase anexo 4)

5.3.3.2. *Juega, clasifica y aprende.*

Esta actividad consiste en aprender a clasificar cada alimento de la lista en su grupo de sustancias nutritivas correspondientes.

- *Material:*

- Tarjetas con nombres y tablón de sustancias nutritivas.
(Véase anexo 5)

- *Instrucciones:*

Se harán cuatro grupos de siete personas. Cada grupo tendrá que ir clasificando los alimentos que les aparezcan en las tarjetas. Tendrán un determinado tiempo para pensarlo y colocarla. Será el portavoz del grupo quien diga a qué grupo pertenece tras el acuerdo al que hayan llegado todos los componentes del grupo.

- *Normas:*

- Respetar los turnos.
- No haber discusiones.

5.3.3.3. *Juego del memory de la alimentación.*

La siguiente actividad radica en la creación de un juego tradicional llamado “Mémory”, pero en este caso con los grupos de sustancias nutritivas y alimentos.

Entre toda el alumnado crearán el material, es decir, las tarjetas. El maestro/a tendrá que tener en cuenta que para luego poder jugar por grupos, los alumnos/as tendrán que hacer varias tarjetas de una misma pareja dependiendo de los grupos que quiera hacer el maestro/a. Una vez que tengan hechas todas las parejas comenzarán a jugar.

Los modelos de parejas de tarjetas serán las siguientes:

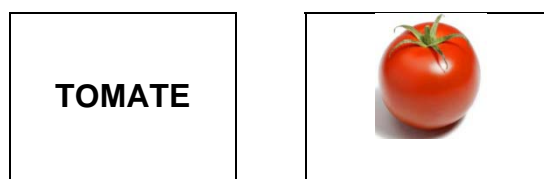


Figura1: Con imágenes de alimentos y nombres de alimentos

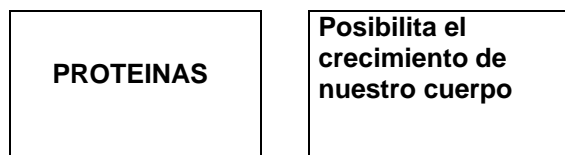


Figura 2: Con el nombre de las sustancias nutritiva y la función que desempeña en el cuerpo.

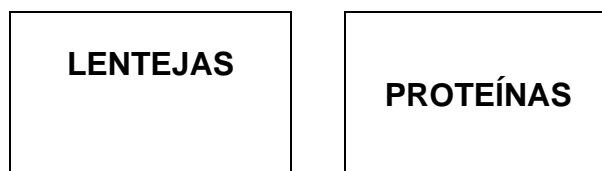


Figura 3. Con la imagen de un alimento y sustancia nutritiva.

El juego consiste en obtener el mayor número de parejas. Se colocan todas las tarjetas boca abajo, y cada niño/a debe levantar dos y comprobar si son parejas, sino lo son, las vuelve a poner boca abajo y levanta otras dos tarjetas otro compañero/a. El juego terminará, cuando hayan formado todas las tarjetas y no quede ninguna tarjeta boca abajo. Será importante que los niños/as presten mucha atención para recordar donde se sitúa cada tarjeta.

Esta actividad puede resultar ser muy útil para trabajar con los niños/as que presentan el trastorno con déficit de atención con o sin hiperactividad, es decir, niños/as que presentan dificultades para prestar atención, se distrae fácilmente, comete errores por la falta de atención en pequeños detalles, son inquietos, les cuesta organizarse, etc... Por eso, este juego les ayuda porque obliga y requiere prestar atención para poder jugar.

5.3.3.4. *Dieta saludable.*

Una vez hayan aprendido los niños/as los grupos de alimentos existentes, pasarán aprender cómo llevar una *alimentación sana*.

En este apartado, se pretende que el alumnado sea consciente de qué alimentos forman la base de nuestra alimentación y cuáles se deben consumir esporádicamente.

El maestro/a comenzará explicándoles qué es una dieta, es decir, el conjunto de alimentos que ingerimos a lo largo de todo el día. Deberá dejarles bien claro a los niños/as algunas suposiciones que les surgen, como por ejemplo, relacionar el concepto de comer mucho con el de crecer más o qué hay alimentos que son buenos y otros que son malos. Para ello el profesor/a les explicará que para poder llevar una dieta equilibrada se debe comer de todo tipo de alimentos y en cantidades apropiadas, ya que nuestro cuerpo necesita de todos ellos para poder ejecutar todas las actividades que realizamos a lo largo de todo el día.

La herramienta que utilizará el profesor/a para explicarles cómo conseguir una alimentación sana será la pirámide de los alimentos.

El profesor/a les mostrará la pirámide y les preguntará varias cuestiones como:

- ¿Por qué crees que en la base de la pirámide aparece agua?
- ¿Dónde se encuentran las verduras y frutas?
- ¿Dónde se encuentran las grasas o aceites? ¿por qué?
- ¿Por qué aparecen algunos alimentos con mayores proporciones en la pirámide?
- ¿Cuántas comidas se deben hacer a lo largo del día? ¿Cuáles son? ¿Cuál es la más importante?
- ¿Se deben tomar de todos los grupos de alimentos las mismas porciones?
- ¿Hay algo en la imagen que te llame la atención a parte de la pirámide? ¿Qué es? ¿Consideras qué es importante también realizar deporte?

(Véase anexo 6)

Para poner en práctica los conocimientos adquiridos sobre la dieta saludable, los alumnos/as tendrán que realizar las siguientes actividades.

5.3.3.5. *Nuestros menús*

Estas actividades están pensadas con la intención de que el alumnado comprenda que los hábitos saludables son necesarios para mantener una vida sana y por consiguiente, no coger enfermedades.

La metodología empleada para llevar a cabo estos conocimientos se basa en la simulación de un puzzle, es decir, es el conjunto de pequeñas actividades que unidas forman una sola actividad, obteniendo de esta manera un resultado. El resultado final de esta actividad es conseguir crear entre toda la clase un libro con varias dietas, una para cada día de la semana.

Los materiales necesarios son: cinco cartulinas de diferente color, folios de diferentes colores, pirámide de alimentación, rotuladores, gomas, lápices, bolis y una grapadora.

5.3.3.5.1. *Exposición del problema.*

“A un niña del colegio se le ha empezado a caer el pelo. No sabían cuál era el motivo, así que le han estado haciendo pruebas hasta que lo han encontrado. ¿Qué motivo pensáis vosotros que puede ser?”.

Los niños realizarán una lluvia de ideas hasta que digan: la alimentación.

Luego, el profesor/a les proporcionará cinco cartulinas de colores y cada niño/a tendrá que escribir todo lo que han desayunado, almorzado, comido, merendado y cenado cada uno el día anterior. Cada cartulina hará referencia a las cinco comidas que se deben hacer al día.

5.3.3.5.2. Grupos.

Durante esta sesión, el profesor/a les presentará a los alumnos/as la pirámide alimenticia y entre todos irán viendo los nutrientes de los alimentos que apuntaron en la sesión anterior y comprobarán si han tenido una dieta equilibrada o no.

Posteriormente, se crearán siete equipos base heterogéneos de cuatro miembros cada uno. Cada grupo base será un día de la semana. Después, cada grupo deberá ponerse de acuerdo entre ellos para elegir una persona para cada comida del día: desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena, porque se tendrán que hacer expertos en ese tema. Al ser cuatro componentes en el grupo, uno de ellos se encargará del almuerzo y la merienda, y los demás componentes de las demás comidas.

Cuando ya hayan decidido quienes van a ser los expertos de cada comida, dejan por el momento el equipo base y se juntan los expertos formando otro grupo. Cada uno de los grupos expertos tendrá que elaborar varios desayunos, comidas... saludables.

5.3.3.5.3. Puesta en común.

Los alumnos continúan en su grupo de expertos elaborando su tarea. Cuando finalicen con el trabajo individual, cada uno vuelve a su equipo base y explican al resto del grupo lo que han hecho.

5.3.3.5.4. Elaboración menú

Antes de empezar a elaborar el menú del día de la semana correspondiente a cada grupo, los componentes del grupo deberán nombrar un portavoz y elaborar con lo que tienen en un folio de color un menú saludable.

De esta forma, al ser siete grupos, obtendremos siete menús saludables. Uno para cada día de la semana. Una vez que hayan finalizado todos sus menús, se creará un libro que contendrá todos los menús saludables. Este libro, podrán llevárselo un día a casa los alumnos/as para enseñárselo a sus familias y explicarles lo importante que es hacer una dieta saludable.

5.3.3.5.5. Evaluación.

Se realizará una evaluación conjunta, donde se tendrá que evaluar si han sido capaces de explicar al resto cómo han realizado su trabajo individual, el comportamiento a la hora de trabajar en grupo y el interés que han mostrado.

5.3.3.6. Concurso del cartel que impulsa a comer fruta.

Con esta actividad se pretende concienciar al alumnado de la importancia que tiene en nuestra salud consumir fruta.

En esta actividad el alumnado tendrá que realizar un cartel que aconseje y plasme los beneficios que tiene comer varias piezas de frutas al día para nuestra salud.

Se le entregará a cada alumno un diploma por su participación y colaboración. (Véase anexo 7)

5.3.3.7. Completa el círculo alimenticio incompleto.

Esta actividad se realizará individualmente. Se les presentará, en vez de la pirámide, el círculo alimenticio para que los alumnos/as por si solos se den cuenta que el concepto de buena alimentación se puede representar de diferentes maneras.

En esta actividad, los alumnos/as tendrán que completar y colorear el círculo alimenticio colocando cada grupo de alimento en su lugar correspondiente y explicar por qué aparecen las porciones de diferente tamaño. Así mismo, deberán dibujar o poner el nombre de tres alimentos en cada apartado. (Véase anexo 8)

Cuando hayan terminado, compararemos los círculos con la pirámide para comprobar que nos aportan la misma información.

Esta actividad tendrá algunas adaptaciones, ya que en el aula se encuentra un alumno con necesidades específicas educativas, concretamente presenta Trastorno con Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH). Para

que le resulte más fácil realizar la actividad y no se frustre, en la leyenda que aparece los diferentes grupos alimenticios, aparecerán también las instrucciones paso por paso que debe seguir para realizar la actividad, ya que estos niños/as pierden la atención muy fácilmente y les cuesta mucho prestar atención.

En la leyenda aparecerá otro recuadro con autoinstrucciones, es decir, técnica que se emplea con niños/as que presenta TDAH para que puedan realizar la actividad o resolver el problema. Consiste en enseñarle a descomponer la actividad en una serie de pasos que debe seguir con autoverbalizaciones que el sujeto hace ante cualquier tarea o problema que se le presente. Además, se subrayaran palabras de las autoinstrucciones para que centre la atención en ellas y cada paso de un color.

Las autoinstrucciones que se le van a proporcionar en un recuadro son las siguientes:

Tabla 7. Autoinstrucciones para el niño hiperactivo

LOS PASOS QUE DEBO SEGUIR PARA HACER UNA ACTIVIDAD O RESOLVER UN PROBLEMA:
1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA: “veamos, <u>¿qué tengo que hacer?</u> ”
2. ANÁLISIS DE TAREA: DECIDO: “ <u>¿En qué debo centra ahora mi atención?</u> ”, “Debo hacer lo siguiente”.
3. FOCALIZACIÓN DE LA ATENCIÓN: “ <u>tengo que pensar sólo en esto ahora y hacerlo muy bien</u> ”.
4. ELECCIÓN DE UNA RESPUESTA: “ <u>creo que ésta es la solución</u> ”.
5. VALORACIÓN DE LA RESPUESTA
6. AUTOREFUERZO: “ <u>estupendo, he acertado</u> ”
7. RECTIFICACIÓN: “¡Ah! <u>Me he equivocado. ¿qué es lo que hecho mal?</u> La próxima vez <u>iré más despacio y me saldrá mejor</u> ”

(Véase anexo 8)

5.3.4. Taller 4 : Manos a la obra.

En este taller, el alumnado junto con el profesorado se ponen manos a la obra.

5.3.4.1. Recordar y aprender.

En esta sesión, lo primero que tendrán que hacer los alumnos/as será recopilar toda la información recogida anteriormente para la creación de su futuro huerto escolar. Los materiales son: el plano y dimensiones del huerto; y los alimentados que decidieron plantar al principio de su creación.

Antes de empezar manos a la obra, recordar en clase los pasos que se deben tener en cuenta a la hora de crear un huerto y con ello tendrán que realizar un mural, en el cual aparezcan todos ellos y así poder tenerlo siempre a la vista para las dudas que se les puedan ocasionar.

Los pasos para hacer un huerto serán los siguientes:

1. Plantar las semillas en los semilleros.
2. Quitar todas las piedras, hierbas y palos que hay en el terreno elegido en el jardín del colegio.
3. Delimitar el espacio con las dimensiones planteadas anteriormente y la distribución de los alimentos.
4. Regar la tierra el día anterior a su creación.
5. Utilizar la azada para cavar y el rastrillo para terminar de limpiar la tierra.
6. Creamos el compost para nuestro huerto.
7. Cultivar los alimentos en su lugar correspondiente., es decir, traspasar las semillas.
8. Cuidar el huerto durante su desarrollo.
9. Recolecta de los alimentos.

5.3.4.1.1. Adivina las herramientas necesarias para utilizar en nuestro huerto.

El profesor/a les preguntará *qué herramientas* hacen falta usar para poder construir el huerto. Para ello, les irá enseñando bits de imágenes de diferentes utensilios y tendrán que reflexionar para qué se utiliza cada una de ellos. (Véase anexo 9)

Estas son las definiciones de las siguientes herramientas: (5)

- *Regadera: es un recipiente -de metal, cerámica o plástico- que contiene el agua para regar las plantas. Dispone de un cuello o pitorro que termina en una alcachofa a través de la que se vierte el agua, y, un mango para su manejo.*
- *Rastrillo: es un instrumento agrícola y hortícola consistente en una barra dentada fijada transversalmente a un mango, y usada para recoger hojas, heno, césped, etc., y, en jardinería, para aflojar el suelo, quitar yuyo y nivelar, y generalmente para propósitos realizados en agricultura por la grada.*

Los modernos rastrillos de mano tienen normalmente dientes de acero, plástico, o bambú, aunque históricamente se fabricaban con madera o hierro.

- *Guantes: es una prenda, cuya finalidad es la de proteger las manos o el producto que se vaya a manipular.*
- *Azada: es una herramienta utilizada generalmente en agricultura, aunque también se usa para otras tareas. Está formada por una lámina con el borde frontal cortante relativamente afilado por un lado y un mango para sujetarla. Se utiliza básicamente para cavar y remover tierras previamente roturadas o blandas y mover montones de arena o cemento. La pala se suele fabricar de hierro, aunque también puede haberlas de madera*
- *Cuerda: Conjunto de hilos de lino, cáñamo, cerda u otra materia semejante, que torcidos forman un solo cuerpo más o menos grueso, largo y flexible. Sirve para atar, suspender pesos, delimitar espacios, etc.*
- *Pala: es una herramienta de mano utilizada para excavar o mover materiales con cohesión relativamente pequeña. Consta básicamente de una superficie plana con una ligera curvatura que sirve para cavar en la tierra y transportar el material y de un mango de metal o madera con el que se maneja. La parte lisa suele ser metálica y el mango remata en un asidero que puede ser recto o curvo para poder ejercer mayor fuerza con una de las manos.*

La pala fue empleada desde la más remota antigüedad en labores agrícolas y de construcción.

- *Carretilla: es un pequeño vehículo normalmente de una sola rueda diseñado para ser propulsado por una sola persona y utilizado para el transporte a mano de carga.*
- *Semillero: es un sitio donde se siembran los vegetales o un lugar donde se guardan las semillas. Es un área de terreno preparado y acondicionado especialmente para colocar las semillas con la finalidad de producir su germinación con las mejores condiciones y cuidados, a objeto de que pueda crecer sin dificultad hasta que la planta esté lista para el trasplante.*

El semillero es el sitio adecuado para que la semilla inicie su primera fase de desarrollo. Luego la planta crecerá y será trasplantada al terreno definitivo.

A continuación, se dividirá al grupo de alumnos/as en pequeños grupos de tres o cuatro personas y cada uno tendrá que inventar una adivinanza para cada utensilio. Una vez que todos los grupos las hayan realizado se realizará un concurso, que consiste en adivinar el mayor número de adivinanzas de los equipos contrarios. Como recompensa al equipo ganador, se le entregará un diploma. (Véase anexo 10)

5.3.4.3. Comenzamos nuestra labor...

Durante esta sesión, se realizarán los cuatro primeros pasos que se deben hacer antes de realizar cualquier huerto:

5.3.4.3.1. Plantar semillas en el semillero.

En el jardín, el profesor/a dividirá a la clase en siete grupos de cuatro personas cada uno de ellos, luego les repartirá un semillero, tierra y semillas. A continuación, el alumnado tendrá que plantar las semillas y regarlas con muy poco agua y colocarlas encima de una mesa en un lugar que reciban bastante luz.

5.3.4.3.2. Limpiamos el terreno elegido en el jardín del colegio.

En esta actividad, como bien se indica, el alumnado tendrá que recoger y depositar todas las piedras, palos, hojas u objetos sobrantes que se encuentren en la tierra que se va a cultivar en una bolsa de basura.

5.3.4.3.3. Delimitar y distribuir el terreno del huerto.

El alumnado tendrá presente las dimensiones del futuro huerto y el plano de la distribución de los alimentos realizado anteriormente, habiendo un pasillo entre cada uno de los alimentos para poder acceder sin problemas. La mitad de la clase se encargará de delimitar el espacio del huerto y la otra mitad se ocupará de crear los carteles para la distribución.

Para delimitar el espacio, el profesor/a o cualquier miembro de la comunidad educativa que participe, le entregarán al alumnado cuerda y palos de madera para cercar el huerto. El primer palo lo colocará un adulto y los demás los alumnos/as. Luego, marcarán los espacios de cada alimento.

Un ejemplo de la distribución del huerto puede ser la siguiente imagen:

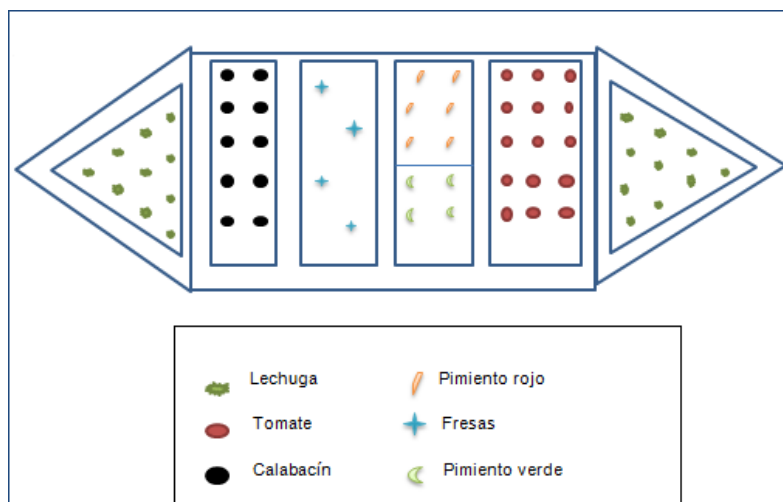


Figura 4. Distribución de los alimentos del huerto

Para realizar la distribución del huerto, el alumnado tendrá que realizar y colocar un cartel que ponga el nombre del alimento a cultivar en el lugar correspondiente.

5.3.4.3.4. Regar la tierra el día anterior a su creación.

En este último paso de la sesión, el alumnado tendrá que llenar las regaderas e ir depositando el agua a lo largo del huerto. Lo realizarán todos los días. Con esta actividad, se pretende hacer consciente al alumnado del papel tan importante que desempeña el agua en el desarrollo de las plantas, entre otros elementos que necesitan para su crecimiento.

5.3.4.3.5. Inaguración del huerto.

Una vez efectuadas algunas de las actividades, tendrán que inaugurar el huerto. Utilizarán uno de los espantapájaros que crearon antes y se convocará a todas las personas que van a colaborar en su creación. Para informarles del evento se les entregará días antes una notificación. (Véase anexo 11)

La finalidad de esta actividad es conseguir darle al huerto un sentido de sociedad, en el que toda la comunidad educativa se involucre para su desarrollo y de esta forma se cree un trabajo común.

5.3.4.4. *Continuamos con nuestra labor.*

En esta sesión, el alumnado continuará con los otros tres pasos:

5.3.4.4.1. *Utilizamos algunas herramientas.*

Antes de que comience el alumnado a realizar estas actividades, el profesor/a marcará unas normas de cómo se deben utilizar las herramientas y de aquello que está prohibido hacer con ellas. Las normas son las siguientes:

Tabla 8. Normas de las herramientas

NORMAS DEL USO DE LA AZADA Y RASTRILLO	
-	Utilizar correctamente la azada.
-	Queda terminantemente prohibido levantar la azada y el rastrillo al trabajar con ellos a una altura por encima de la cintura.
-	No jugar a peleas con la azada o el rastrillo como si fuera una espada, es un instrumento peligroso.
-	Para trasportarla de un lugar a otro, cogerla de la parte del mango que se encuentran la pala o el rastrillo.

Primero, lo realizará la profesora para que el alumnado le observe y posteriormente comenzarán a utilizarlas ellos/as.

5.3.4.4.2. *Creamos composta para nuestro huerto.*

En esta actividad, se le explicará al alumnado que es necesario el “composta” para la creación del huerto. Lo primero que hará el profesor será preguntar si sabe algún/a alumno/a qué es la composta y para qué sirve. Les irá aportando pistas hasta que adivinen que es un tipo de tierra que se hace a partir de desechos orgánicos, la cual es muy buena para cultivar porque sirve como abono para las plantas, porque contienen muchos

nutrientes, también ayuda a la tierra a que se airee y mantenga la humedad, etc.

Una vez que el alumnado comprenda lo qué es, pasarán a realizarlo. Pero antes tendrán que pensar opciones para recolectar materia orgánica en el colegio y qué tipo de materia orgánica se necesita. El profesor les comentará que es recomendable utilizar una gran diversidad de materiales, ya sea de rápida descomposición y/o de lenta descomposición. Además de estar lo más triturados posibles.

Les nombrará algunos materiales como:

Tabla 9. Materiales para la composta

Materiales de descomposición lenta	Materiales de descomposición rápida
Hojas frescas	Pedazos de frutas y verduras
Estiércol de animales de corral	Restos de plantas
	Flores viejas

El profesor/a les pondrá un video para que vean los diferentes pasos que deben seguir para crear composta. (Véase Anexo 12)

5.3.4.4.3. Traspaso de semillas.

La profesora dividirá al grupo en subgrupos y cada uno ejecutará una labor. Les proporcionará ayuda siempre y cuando la necesiten tanto la profesora como los padres que colaboren o personal del colegio.

5.3.4.5. Aprender cómo cuidar las plantas y su desarrollo.

En esta actividad el profesor/a se centrará en varios aspectos que están relacionados con las plantas, los cuales los alumnos/as tendrán que aprenderlos. Los contenidos son los siguientes: las partes, las necesidades y el tipo de plantas.

Lo que se pretende conseguir con esta actividad es que el alumnado reconozca a las plantas como seres vivos y apreciar el beneficio que tienen para la vida de las personas y los animales.

Para comenzar esta actividad el profesor/a les hará la siguiente pregunta: “¿Las plantas son seres vivos?”. A continuación, el alumnado irá aportando sus ideas y justificándolas. Entre toda la clase, junto con el maestro/a llegarán a la conclusión de que las plantas si son seres vivos, porque se alimentan y crecen, se relacionan, se reproducen y mueren, al igual que las personas y los animales. Después, les preguntará en qué se diferencia una planta y un animal o persona. Los niños/as tendrán que reflexionar y exponer sus pensamientos. Algunas de las diferencias son: las plantas son capaces de fabricar por si solas su alimento, no pueden desplazarse y no poseen órganos de los sentidos, pero si pueden captar cambios que se producen en su entorno.

Otra cuestión que deberán averiguar los niños/as será “¿Qué utilidades tienen las plantas?”. Los niños realizarán una lluvia de ideas y será el profesor/a quien les guie para que respondan que las plantas nos sirven para fabricar objetos de madera, de refugio para los animales, de alimento para las personas y los animales. Una vez que mencionen que sirve de alimento, les hará recordar que alimentos son los que hemos plantado en nuestro huerto para comenzar a explicar al alumnado las partes que van a ir observando que tienen las plantas.

5.3.4.5.1. Adivina cuáles son las partes de una planta y la función que desempeña.

El propósito que se quiere llevar a cabo con esta actividad es que el alumnado identifique las partes de la planta y la función que realiza cada una de ellas.

Para realizar esta actividad, dividirá al grupo en siete subgrupos de cuatro personas cada uno de ellos. Les repartirá varios puzzles con imágenes de las partes de una planta y tendrán que construir los puzzles para poder adivinar cuáles son sus partes. (Véase anexo 13)

Una vez que hayan construido los puzzles, el profesor/a les preguntará si observan algo extraño en los puzzles que han realizado. Los niños/as tendrán que darse cuenta que todas las plantas tienen tres partes (raíz,

tallo y hojas) y que hay otras plantas que tienen más partes (flor y fruto). Después, los niños/as tendrán que pensar sobre qué función desempeña cada una de las partes de la planta.

La función que desempeña cada parte son las siguientes:

- *La raíz:* es la encargada de sujetar la planta al suelo y casi siempre crecen por debajo de la tierra. Además, son las encargadas de adsorber el agua y las sales minerales que sirven para fabricar el alimento que necesita la planta. Hay plantas que tienen la raíz gruesa y otras que la tienen muy fina.
- *El tallo:* sujeta las hojas y crece por encima de la tierra. También, mantiene la planta sobre el suelo y distribuye el agua, las sales minerales y el alimento por toda la planta.
- *La hoja:* crecen del tallo o de las ramas y son las encargadas de llevar a cabo la respiración y la fabricación del alimento para la planta.
- *La flor:* es la encargada de reproducir los frutos y las semillas, es decir, es el órgano reproductor de la planta. La flor se convierte en un fruto.
- *El fruto:* protegen a la semilla y almacenan nutrientes. Hay frutos diferentes, puede ser carnosos, como por ejemplo, el albaricoque y la manzana; y duros y secos como por ejemplo las nueces, almendras, avellanas, es decir, los frutos secos.

A continuación, el profesor/a le proporcionará a cada alumno una ficha con dibujos de alimentos y las partes de la planta y tendrán que clasificar cada uno de ellos/as reflexionando acerca de qué parte de la planta son. Una vez que la realicen, se pondrá en común entre toda la clase.

Con esta actividad, se busca que el alumnado se dé cuenta que todas las partes de la planta se pueden convertir en alimento y por consiguiente, poder comerlas. (Véase anexo 14)

5.3.4.5.2. ¿Qué necesitan las plantas para poder sobrevivir y desarrollarse?

La finalidad de esta actividad es que el alumnado sea conscientes de los cuidados que precisa una planta para poder sobrevivir y de esta forma que reconozcan e identifiquen que para la vida de la planta es imprescindible una serie de elementos: luz, agua, aire y tierra o suelo.

Comenzará la profesora mostrándoles a los alumnos/as una fotografía de varias plantas mustias y les preguntará qué creen que les han sucedido para que se queden de esa forma. (Véase anexo 15)

Con esta cuestión, el alumnado tendrá que llegar a la conclusión que las plantas para poder vivir necesitan agua, luz, aire y tierra o suelo. Porque para el cuidado del huerto, tienen que tener presentes estos elementos en todo momento ya que van a ser los/as responsables de que siga hacia delante y no pase lo que han visto en las fotografías de las plantas mustias.

El profesor/a les pondrá un video de un cuento “El coleccionista de semillas” que trata del cuidado de las plantas. (Véase anexo 16)

5.3.4.5.3. Tipos de plantas.

El propósito de esta actividad es que los alumnos diferencien los tres tipos de plantas (árboles, arbustos y hierbas) con características distintas.

La actividad que tendrán que hacer los niños/as para enseñarles la clasificación de los tipos de plantas será la siguiente: tienen una hoja con tres plantas diferentes y tienen que colorear las partes correspondientes a cada una de ellas y colocar sus nombres. (Véase anexo 17)

Cuando hayan terminado, se les preguntará por qué a la zanahoria no le han pintado las flores y a las demás sí. Luego, el profesor/a les explicará que existen diferentes tipos de plantas y les mostrará fotografías de los ejemplos y a continuación los alumnos tendrán que realizar un esquema.

Tabla 10. Tipos de plantas

TIPOS DE PLANTAS CON FLORES SEGÚN SU TALLO		
TALLO DELGADO Y FLEXIBLE	HIERBAS: alcanzan escasa altura y tienen varias formas. Ejemplos: roble, encina, naranjo	
TALLO GRUESO Y DURO	NO TIENEN TRONCO PRINCIPAL	ARBUSTOS: son más pequeños que los árboles y tienen el tronco corto. Por eso, sus ramas nacen cerca del suelo. Ejemplos: romero, boj
	TIENEN TRONCO PRINCIPAL	ÁRBOLES: poseen un tallo duro, rígido y grueso. Sus ramas también son duras y nacen en la parte alta. Ejemplos: trigo, maíz

5.3.5. Taller 5 : Las matemáticas son útiles para la vida cotidiana.

En este taller se va a trabajar concretamente la competencia matemática. Se pretende que el alumno/a sea capaz de conocer y valorar la presencia de los números en la vida cotidiana, manejar los números en diferentes contextos y emplearlos con distintas finalidades, así como también ser capaz de utilizar estrategias de resolución de problemas. También que el alumnado reconozca la presencia de líneas, formas y cuerpos geométricos en la realidad.

El profesor/a le planteará al alumnado varias situaciones de la vida cotidiana en diferentes contextos.

Situaciones:

1. Mario quiere hacer una macedonia para llevar a la merendola que tiene en el colegio. Ha pensado hacerla con las siguientes frutas: plátanos, naranjas, manzanas, fresas y peras. ¿Cuántas monedas de euros le hacen falta si quiere comprar 3 kilos de naranjas, 2 kilos de plátanos y fresas y 1 kilo de manzanas y peras?

En la siguiente tabla puedes observar cuánto vale cada kilo.

Tabla 11. Precios de cada fruta

Fruta	Euros cuesta 1 kilo
FRESAS	2 EUROS
MANZANAS	1 EURO Y 50 CENTIMOS
PLÁTANOS	1 EURO
NARANJAS	2 EUROS
PERAS	50 CENTIMOS



Figura 2. Euros

En la siguiente tabla dibuja las monedas que te hagan falta.

Tabla 12. Organiza tu dinero

2 euros	1 euro	50 céntimos	20 céntimos	10 céntimos	5 céntimos	2 céntimos	1 céntimo

2. La siguiente actividad consistirá en hacer una simulación de un mercadillo municipal. Para ello participaran todo los alumnos/as. Se dividirá a la clase en grupos y cada uno de ellos tendrá que realizar una labor, por ejemplo, unos serán dependientes de una frutería, verdulería, pescadería y carnicería; otros se encargara de realizar la compra, para realizar un menú saludable.

El profesor/a les proporcionara monedas de euro de papel y dibujos de alimentos. A cada niño/a que tenga que hacer la compra le dará cierta cantidad de euros y tendrá que realizar la compra con ese dinero. A los/as dependientas les proporcionará dibujos de alimentos y también dinero, éstos tendrán que pensar en el precio de cada alimento y cómo se venden, es decir, si sueltos, por kilos, etc. (Véase anexo 18 y 19)

3. La finalidad de esta actividad es reconocer los diferentes cuerpos geométricos que existen y saber identificarlas en la vida cotidiana.

Recuerda la forma que tiene el huerto, dibújala y contesta:

- ¿Cómo se nombra a ese cuerpo geométrico?
- ¿Cuántos lados tiene?
- ¿Cuántos vértices?
- ¿Cómo son sus ángulos?
- ¿Hay más figuras que tengan el mismo número de lados pero su forma sea diferente?

4. Resuelve:



Figura 4. Carrera, salud saludable

Como ya sabéis el índice de obesidad infantil ha aumentado y por eso la semana pasada se realizó una carrera en honor a la salud saludable. En ella participaron muchas personas y cada una de ellas llegaba una pegatina con un número. Fíjate en la imagen de abajo y contesta. ¿Por qué crees que llevan ese número? ¿Cuántas cifras tienen los números? Dibuja un ábaco y coloca cada cifra en su lugar correspondiente.

5. Uno de las cosas que se deben hacer para llevar una dieta saludable, es beber varios vasos de agua al día. Si son tres personas ¿Cuántos vasos tendréis que beber entre los tres? Recuerda el número de vasos que se recomienda beber al día para poder resolver el problema.

5.3.6. Taller 6 : Diseña y canta.

En este taller se va trabajar concretamente el área de plástica y música. Los alumnos/as comenzarán trabajando con el área de plástica y continuarán con el área de música. Para ello realizarán varias actividades.

5.3.6.3. Área de Educación Artística.

La finalidad de estas actividades es que los alumno/as desarrollen la creatividad.

Para motivar al alumnado se les dirá que van a tener que crear un museo en el cual se expondrán todos los trabajos relacionados con el huerto y la comunidad educativa pueda visitarlo. Se cobrará 50 céntimos por la entrada, para recopilar dinero para los gastos que ha ocasionado el huerto.

5.3.6.3.1. Nuestro huerto a menor escala.

En esta actividad, cada alumno/a tendrá que crear una maqueta con plastilina del huerto del colegio. Una vez acabadas se recopilarán y se expondrán en el museo.

5.3.6.3.2. Creamos nuestro muñeco de hortalizas.

En esta actividad el alumnado tiene que elaborar personajes del huerto, es decir, cada niño tendrá que realizar un muñeco utilizando los productos que se pueden plantar en un huerto. (Patatas, zanahorias, pepinos, cebollas, lechugas...)

Cuando todo el alumnado haya terminado sus creaciones tendrán que decorar el museo con sus obras.

5.3.6.3.3. Los disfraces del huerto.

En esta actividad tendrá que realizar cada alumno/a un disfraz. Cada niño/a elegirá la fruta o verdura que quieran y se pondrá manos a la obra. Los materiales que podrán utilizar para su elaboración será: cartón, cartulinas, folios, bolsas de basura, temperas, rotuladores, pegamentos, etc. (material que pueda aportar en centro escolar).

5.3.6.4. Área de música.

El alumnado aprenderá la siguiente canción que trata sobre la buena alimentación. (Véase anexo 20)

5.3.7. Taller 7 : Nuestras producciones.

La finalidad de realizar este taller es estimular y provocar en el alumnado el deseo por la lectura, así como también el disfrutar realizando poemas, caligramas, cuentos, etc. Para ello se establecerá una biblioteca en el aula,

formando un nuevo rincón de juego. En esta biblioteca aparecerán todo tipo de cuentos, incluyendo el material que vaya realizando el alumnado.

5.3.7.3. *Inventamos un cuento.*

El profesor/a les leerá un cuento que trata de un huerto. Después de la lectura los niños tendrán que hacer un breve resumen y hacer un dibujo del personaje que más les haya gustado. Posteriormente, pasarán a dramatizarlo, se dividirá a la clase en dos grupos, siendo unos los espectadores y los demás los actores o actrices. Primero lo realizará un grupo y después el otro. (Véase anexo 21)

A continuación, cada niño/a tendrá que inventar un cuento en el que los personajes tienen que ser un producto de los que se pueden cultivar en el huerto (frutas, hortalizas, legumbres...). Antes de que empiecen a escribir su cuento, el maestro/a les indicará a los alumnos/as varias pautas que deben seguir para su producción.

Las *pautas* son las siguientes:

Recuerda que tienen que aparecer en tu cuento los siguientes elementos:

- 1º- un lugar donde suceden los hechos
- 2º- un protagonista y más personajes
- 3º- descripciones de todos los personajes
- 4º- un conflicto o problema
- 5º- La solución al problema
- 6º- Final

Nota importante: realiza un borrador con las ideas antes de empezar a escribir el cuento.

Una vez que cada alumnado/a haya terminado su producción escrita tendrán que subrayar todos los adjetivos que aparezcan en la historia de color rojo y de color azul los verbos.

5.3.7.4. *Creamos un caligrama.*

Con esta actividad se pretende que los niños aprendan que es un caligrama y cómo se hacen.

Los niños/as tendrán que investigar en Internet qué es y a partir de ahí realizar uno cada alumno/a con frutas o verduras.

Algunos de los pasos que se pueden seguir para realizar un caligrama son los siguientes:

1. Escoge la fruta, verdura, hortaliza para tu caligrama.
2. Haz un dibujo simple en lápiz.
3. Inventa un poema que tenga relación con lo que has dibujado.
4. Escríbelo, o bien por alrededor, o por dentro del dibujo, si puede ser con distintos colores y después borra las líneas con la goma.
5. Puedes añadir algún dibujo adicional.
6. Pon un título.

Ejemplo de lo que es un caligrama:



Figura 5. Caligrama

Cuándo los hayan realizado todos/as se creará un libro con todos ellos. Este libro se llevará al museo, creado anteriormente, para exponerlo.

5.3.7.5. *Receta de una macedonia.*

En esta actividad el profesor/a les preguntará a los niños/as si saben qué es una receta de cocina. Tendrán que ir aportando sus conocimientos acerca de este tema y si saben alguna explicársela a los demás compañeros/as.

Luego cada alumno/a tendrá que hacer por escrito su propia receta de cómo se hace una macedonia de frutas. Lo que deberá aparecer en toda

receta serán los ingredientes necesarios y el desarrollo de cómo hacer una macedonia casera. Después, se leerán algunas de las recetas en gran grupo y entre toda la clase decidirán qué ingredientes quieren que aparezcan en la macedonia elaborada por toda clase. Para finalizar la sesión, se le asignará a cada alumno/a una fruta u otro ingrediente para que traigan a clase al día siguiente para realizar una macedonia y comerla para el almuerzo, resultando ser a un almuerzo saludable.

5.3.8. *Taller 8 : Inglés.*

El propósito de este taller, es que el alumnado aprenda vocabulario relacionadas con el huerto, en concreto de frutas y verduras.

El profesor/a les pondrá un video de los dibujos animados “Los Fruitis” y los niños/as tendrán que identificar qué son los personajes y si saben cómo se dice en inglés. (Véase anexo 22)

Luego les irá enseñando bits de imágenes de frutas y verduras para que se vayan familiarizando con los términos en inglés, y a continuación jugarán al juego del ahorcado para interiorizar el vocabulario. (Véase anexo 23)

El juego del ahorcado consiste en adivinar una palabra. Para ello se tienen que colocar tantas rayas como letras contiene una palabra y el alumnado tiene que ir diciendo letras y comprobar si se encuentran o no en la palabra a adivinar. Cada vez que no aparezca la letra se irá realizando paso a paso un dibujo con las oportunidades que tienen para adivinar la palabra.

5.3.9. *Taller 9 : Evaluación*

La evaluación que se va a llevar a cabo es formativa y continua, es decir, se va a tener en cuenta todo lo que va realizando el alumnado a lo largo de su desarrollo. Para ello se va emplear la técnica de la observación directa de los alumnos/as y del trabajo que realizan en la jornada escolar.

Se va a tener en cuenta, no solo la interiorización de conocimientos, sino también actitudes de socialización, la participación, el desarrollo final del huerto, entre otras.

El profesor/a tendrá un cuaderno a modo diario donde anote todas las mejoras y fortalezas tanto para el proceso de enseñanza aprendizaje como para la evaluación del alumnado. Además, tendrá en cuenta los objetivos propuestos para comprobar si se han conseguido o no.

El alumnado también realizará una autoevaluación de su trabajo a lo largo de todo el proceso de elaboración del huerto escolar. (Véase anexo 24)

5.3.10. Taller 10 : Comida colectiva

En el último taller se realizará una comida colectiva, en la que participarán todos los miembros que forman la comunidad educativa con el fin de pasar un rato agradable, disfrutar del trabajo llevado a cabo durante meses para conseguir sacar adelante el huerto escolar y promover la buena alimentación.

Para la elaboración de la comida, se utilizarán los productos del huerto y cada familia deberá llevar algún plato especial, pero siempre y cuando sea saludable. Se realizará en el comedor del colegio.

Para informar a las familias se les entregará una invitación. (Véase anexo 25)

CONCLUSIONES

La orientación de este proyecto queda determinada por un estudio empírico, el cual se debe llevar a la práctica para obtener unos resultados. Pero en este caso no lo he podido poner en práctica ya que no había el tiempo suficiente para su elaboración y después realizarlo.

Además, al colegio le resulta bastante difícil cederme el último mes y medio del curso para que lo llevase a la práctica, debido a que tienen ya planificado todo lo que tienen que realizar y romper su dinámica para el desarrollo del proyecto, no es posible este año. Pero sí que me propusieron que lo presentara para realizarlo al año siguiente, porque les pareció muy interesante la propuesta que he planteado. Más aún cuando hace varios años realizaban una actividad en la que los alumnos/as de segundo de Primaria cultivaban lechugas, pero sin crear el huerto escolar, sino en macetas.

Si lo hubiera llevado a la práctica, podría haber comprobado los resultados obtenidos en relación a los objetivos que proponía conseguir con su desarrollo, así como observar las mejoras y fortalezas que conlleva su proceso.

Además de evitar que aumente la obesidad infantil, ya que cada vez hay más niños/as obesos/as, lo que conlleva otro tipo de trastornos.

La obesidad infantil aumenta considerablemente con el paso de los años, algo preocupante y alarmante desde el punto de vista de la salud pública y la sociedad actual en la que vivimos. Pudiendo ocasionar trastornos futuros en las siguientes generaciones.

La obesidad, principalmente, viene provocada por el cambio en los hábitos alimenticios y por la falta de actividad física.

El cambio en los hábitos alimenticios reside fundamentalmente en el cambio alimenticio que está sufriendo la sociedad desde años atrás donde nos alimentábamos, en su mayoría, de productos naturales, como son las frutas, verduras, cereales... pasando a una alimentación basada en la comida rápida.

En cuanto a la actividad física, podemos destacar el cambio que han sufrido los niños en las actividades que se realizan desde pequeños, dedicando, en un pasado, el tiempo de ocio y diversión a jugar con otros niños en el patio pasando a ser un tiempo empleado en casa frente a las nuevas tecnologías cómo pueden ser los videojuegos y ordenadores, haciendo que la actividad de los mismos sea casi nula, sedentaria. (un niño necesita, a parte de tiempo para jugar, una hora de ejercicio diaria)

Como consecuencia de todo ello, la obesidad puede acortar la esperanza de vida y su calidad.

Por todo ello, es fundamental e imprescindible concienciar y educar a los niños en la escuela para evitar este tipo de trastornos que nos puedan conllevar a consecuencias más extremas en futuras generaciones.

REFERENCIAS

Bistan, B.; Ibañez, F. (1998). *Huerto escolar*. Comunidad autónoma del País Vasco: Centro de educación e investigación Didáctico Ambiental.

García, M.; Gatell, C.; Martínez, M^a J.; Serra, J. (2012). *Planeta 3.1 Medio natural, social y cultural*. Barcelona: Vicens Vives.

Morgante, J.; Magini, R. (2006). *Crear y manejar un huerto escolar*. Roma: FAO.

Moral, A.; Perales, A.; Gallego, T. (2011). *Conocimiento del medio 2 primaria*. Madrid: Santillana Educación.

ANEXOS

Anexo I

Nombre:

Fecha:

RESPONDE AL CUESTIONARIO:

1. ¿Qué es un huerto?

2. ¿Quién es la persona que se encarga de su cuidado?

3. ¿Qué utensilios se necesitan para poder crear un huerto?

4. ¿Qué se puede cultivar en un huerto?

5. ¿Qué cuidados precisa?

6. ¿Qué beneficios te aporta?

Anexo II. Identifica alimentos

Identifica los platos cocinados o no cocinados, ¿Cuál es su procedencia?



Filete con patatas y ensalada.



Huevos fritos con patatas y jamón.



Guisantes con jamón.



Macarrones con tomate.



Ensalada mixta



Fresas con yogurt y nueces.

Anexo III

LOS GRUPOS DE ALIMENTOS

- **Leche y derivados (proteínas, grasas y calcio)**



- **Aceite, mantequilla y embutidos (grasas)**



- **Carne, pescado, huevos, legumbres y frutos secos (hidratos de carbono y proteínas)**



- **Cereales, pan, pasta y patatas (hidratos de carbono)**



- **Verduras y hortaliza (agua, vitaminas y minerales)**



- **Frutas (agua, vitaminas y minerales)**



Anexo IV. Video “Para estar fuertes y sanos”

VIDEO: http://www.youtube.com/watch?v=wk_GmqK2fOY

Anexo V. Juego

- **Recorta las tarjetas:**

Pimiento	Naranja	Salchichas	Yogurt
Lechuga	Melón	Pollo	Leche
Tomate	Sandía	Filete de ternera	Queso
Zanahoria	Uvas	Albóndigas	Alubias rojas
Coliflor	Melocotón	Chuletas de cordero	Alubias blancas
Verdura verde	Fresas	Lomo	Guisantes
Cebolla	Plátano	Chorizo	Cacahuets
Berenjena	Manzana	Mortadela	nueces
Pepino	Pera	Salchichón	Pipas
Acelga	Kiwi	Jamón serrano	Almendras
Alcachofa	Limón	Jamón york	Aceite
Puerro	Manzana roja	Tocino	Mantequilla
Alcachofa	Cerezas	Boquerones	Galletas
Cardo	Mandarina	Salmon	Espaguetis
Espárragos	Pavía	Langostinos	Macarrones
Batata	Paraguay	Calamares	Chocolate
Borraja	Granada	Gulas	Pan bimbo
Brócoli	Piña	Atún	Pan bizcocho
Canónigos	Albaricoque	Merluza	Madalena
Escarola	Mango	Sardinas	Caramelos
Endibia	Higo	Caballa	Coca-Cola
Espinaca	Ciruela	Huevos	Gominolas
Maíz	Pomelo	Garbanzos	Nocilla
Remolacha	Coco	Lentejas	Croissant

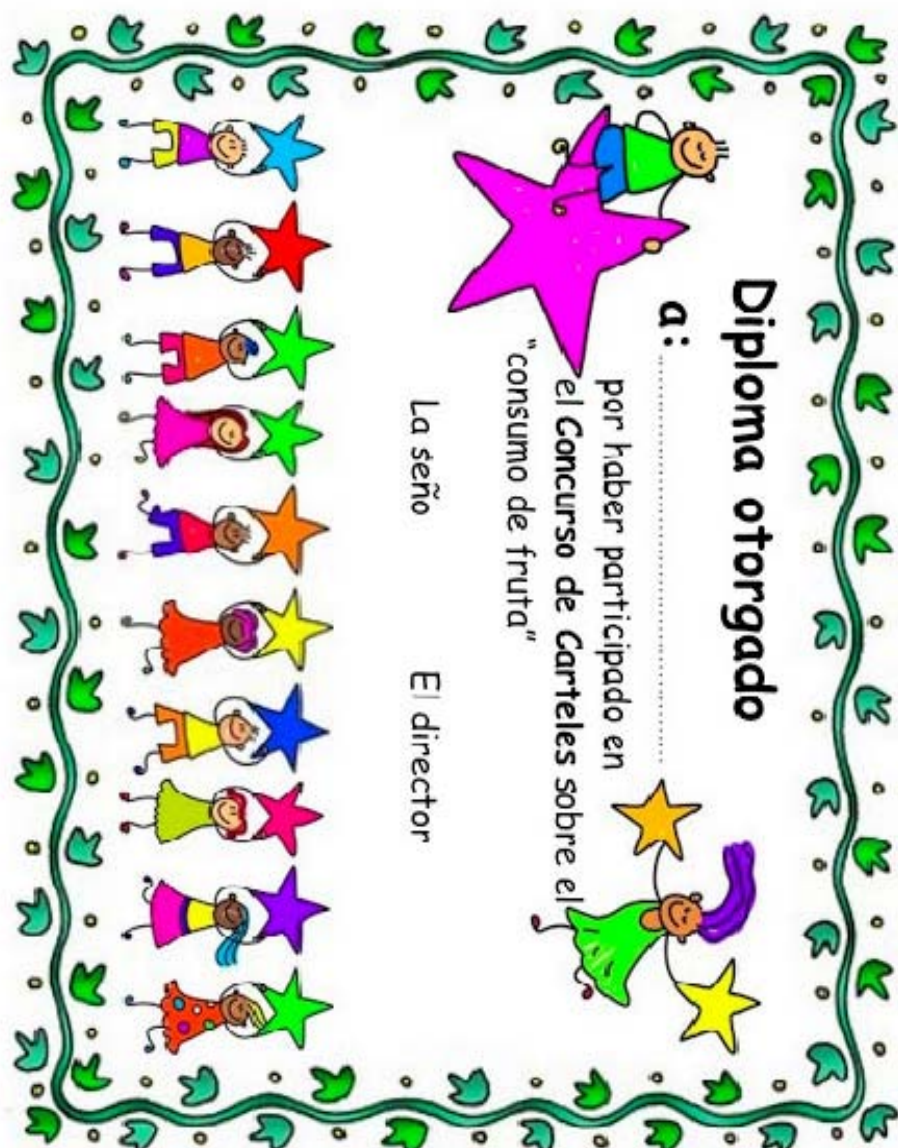
- **Tablón de sustancias nutritivas:**

Hidratos de carbono	Proteínas	Grasas
Vitaminas	Sales minerales	Contiene más de una sustancia

Anexo VI. Pirámide alimenticia



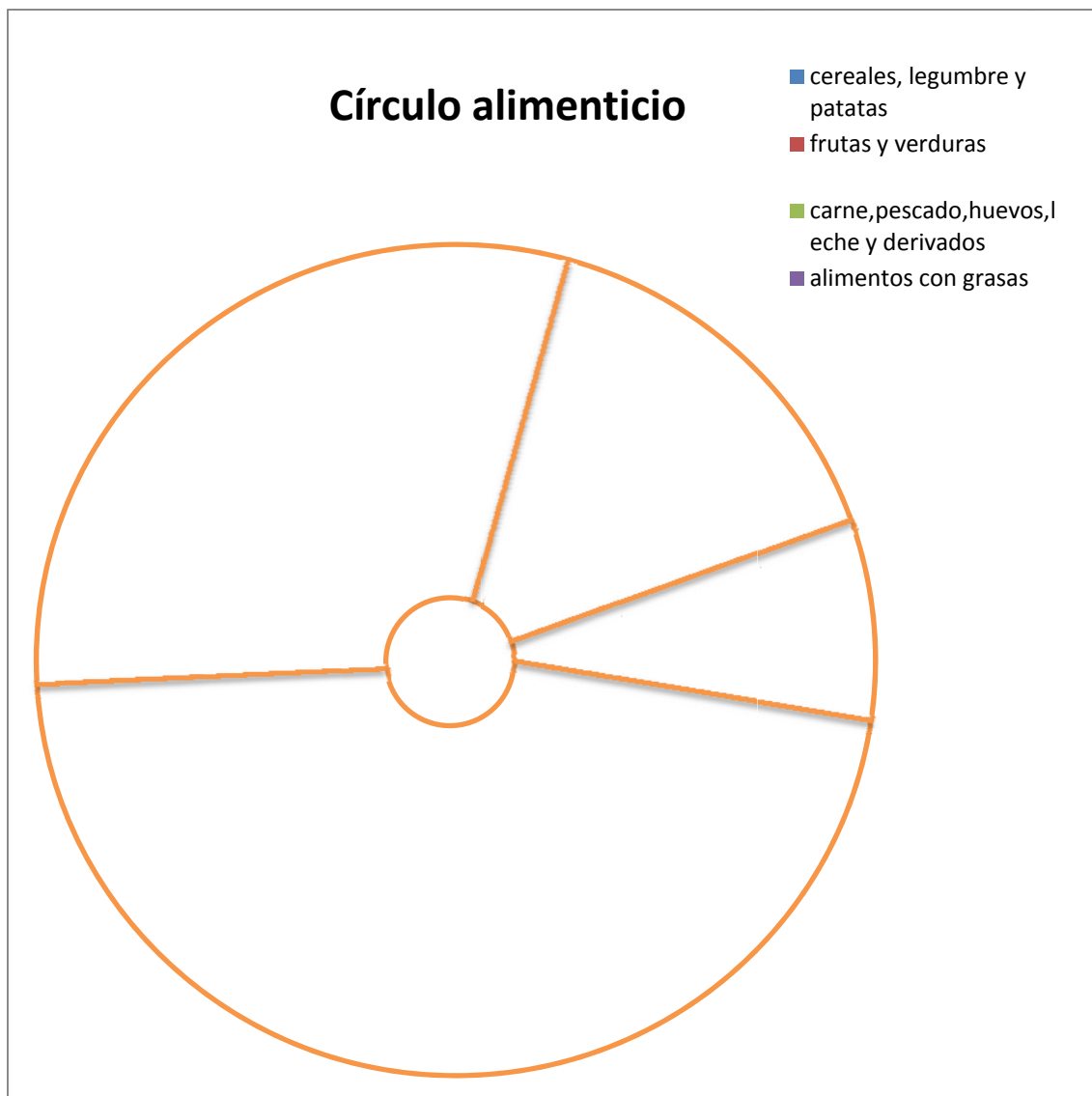
Anexo VII. Diploma



Anexo VIII. Círculo alimenticio

Completa el círculo alimenticio colocando cada grupo de alimento en su lugar correspondiente y dibuja o escribe el nombre de tres alimentos en cada porción. Responde por la parte de atrás del folio:

- ¿Por qué las porciones son de diferentes tamaños?
- ¿El círculo del medio indica algo?



Anexo VIII. Círculo alimenticio (Adaptación)

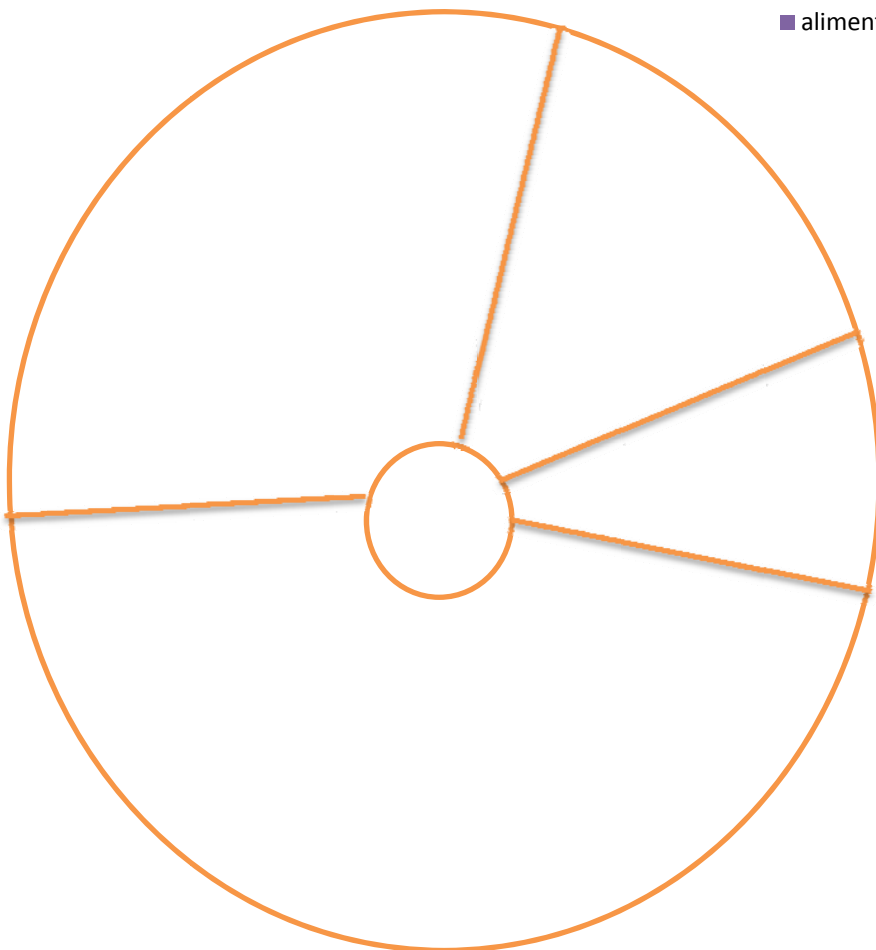
Completa el círculo alimenticio colocando cada grupo de alimento en su lugar correspondiente y dibuja o escribe el nombre de tres alimentos en cada porción. Responde por la parte de atrás del folio:

- ¿Por qué las porciones son de diferentes tamaños?
- ¿El círculo del medio indica algo?

Los pasos que debo seguir para hacer una actividad o resolver un problema:	
1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA:	<u>“veamos, ¿qué tengo que hacer?”</u>
2. ANÁLISIS DE TAREA: DECIDO:	<u>“¿En qué debo centra ahora mi atención?, “Debo hacer lo siguiente”.</u>
3. FOCALIZACIÓN DE LA ATENCIÓN:	<u>“tengo que pensar sólo en esto ahora y hacerlo muy bien”.</u>
4. ELECCIÓN DE UNA RESPUESTA:	<u>“creo que ésta es la solución”.</u>
5. VALORACIÓN DE LA RESPUESTA	
6. AUTOREFUERZO:	<u>“estupendo, he acertado”</u>
7. RECTIFICACIÓN:	<u>“¡Ah! Me he equivocado. ¿qué es lo que hecho mal? La próxima vez iré más despacio y me saldrá mejor”</u>

Círculo alimenticio

- cereales, legumbre y patatas
- frutas y verduras
- carne, pescado, huevos, leche y derivados
- alimentos con grasas



Anexo IX. Bits de los utensilios del huerto



REGADERA



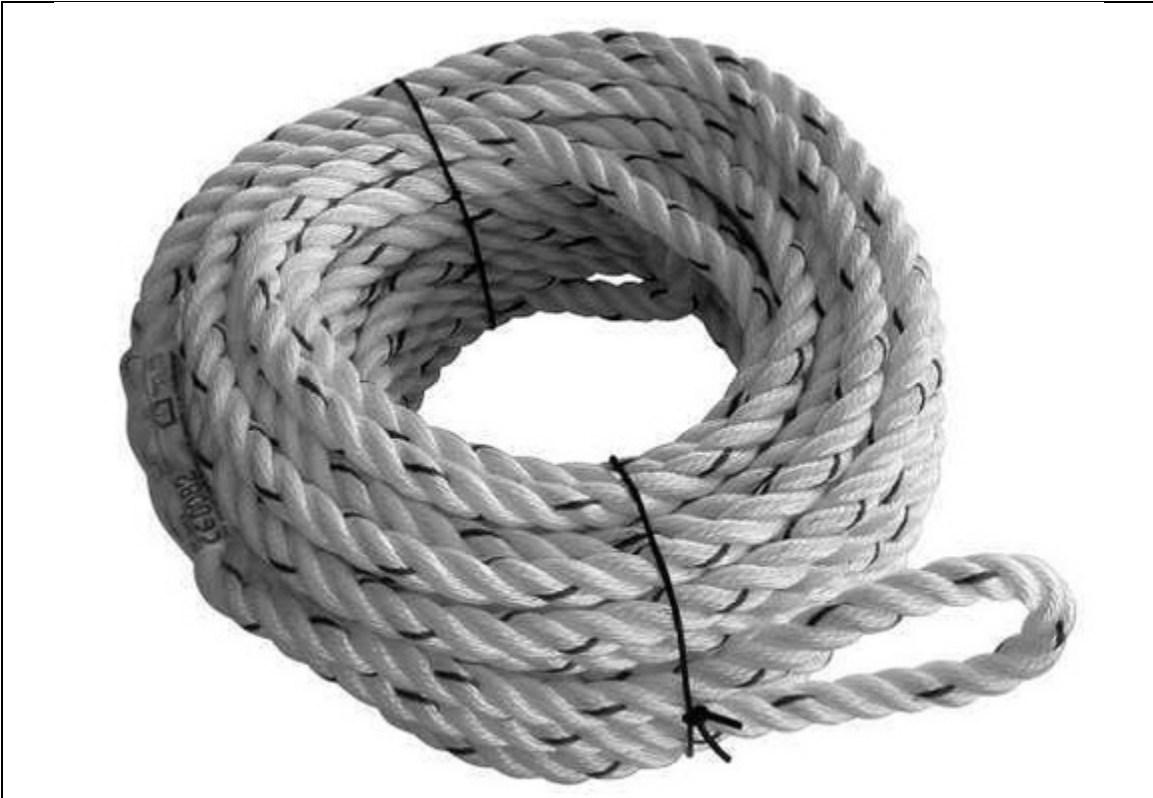
AZADA



RASTRILLO



PALA



CUERDA



CARRETILLA

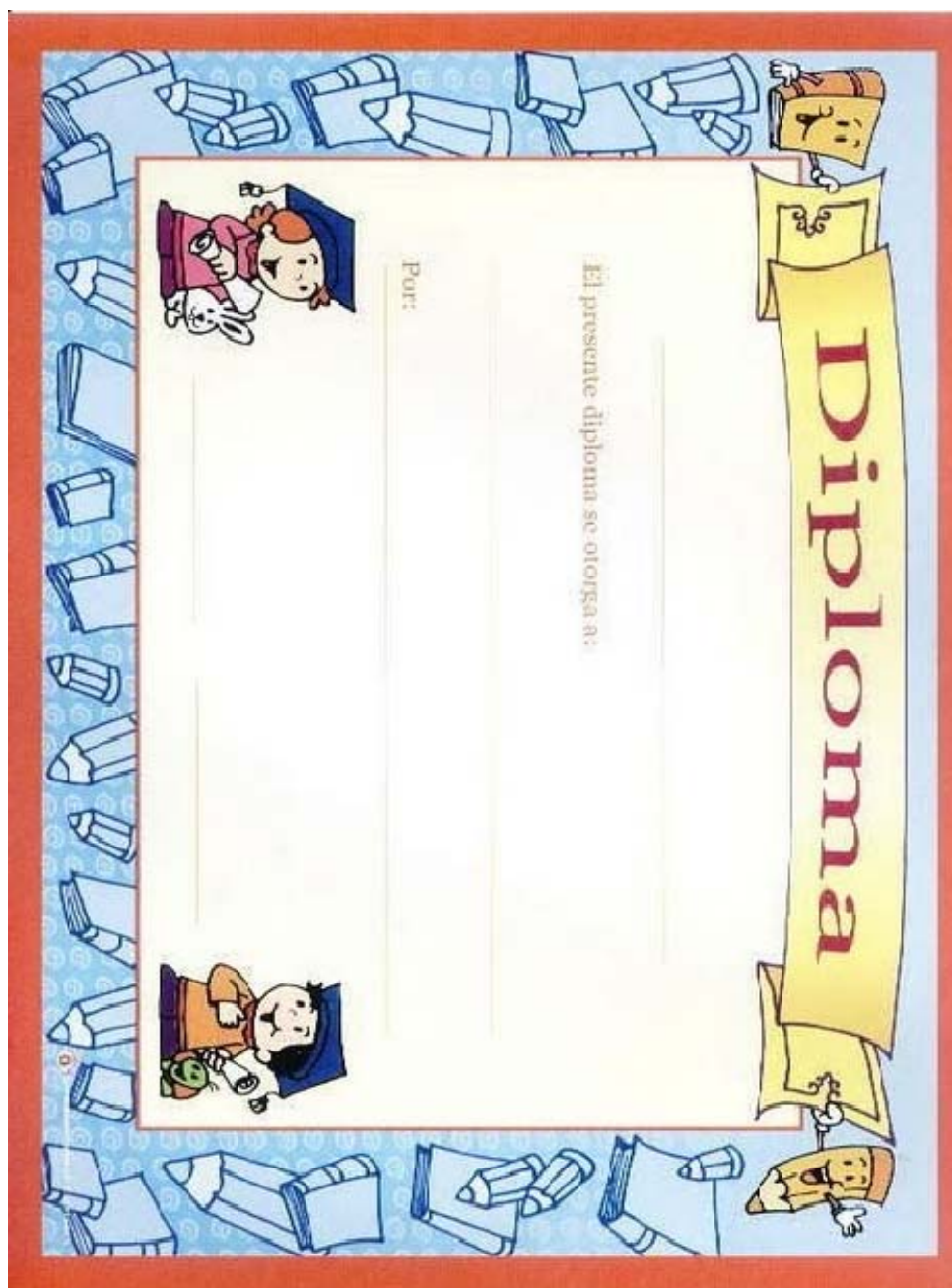


GUANTES



SEMILLERO

Anexo X. Diploma de adivinanzas



ANEXO XI. Invitación de inauguración



Te invitamos a que asistas al evento que tendrá lugar el próximo _____ a las _____ en el colegio.

Se realizará la inauguración de nuestro futuro huerto escolar:

“EL HUERTO ESCOLAR SERÁ NUESTRA GUÍA A LA BUENA ALIMENTACIÓN”

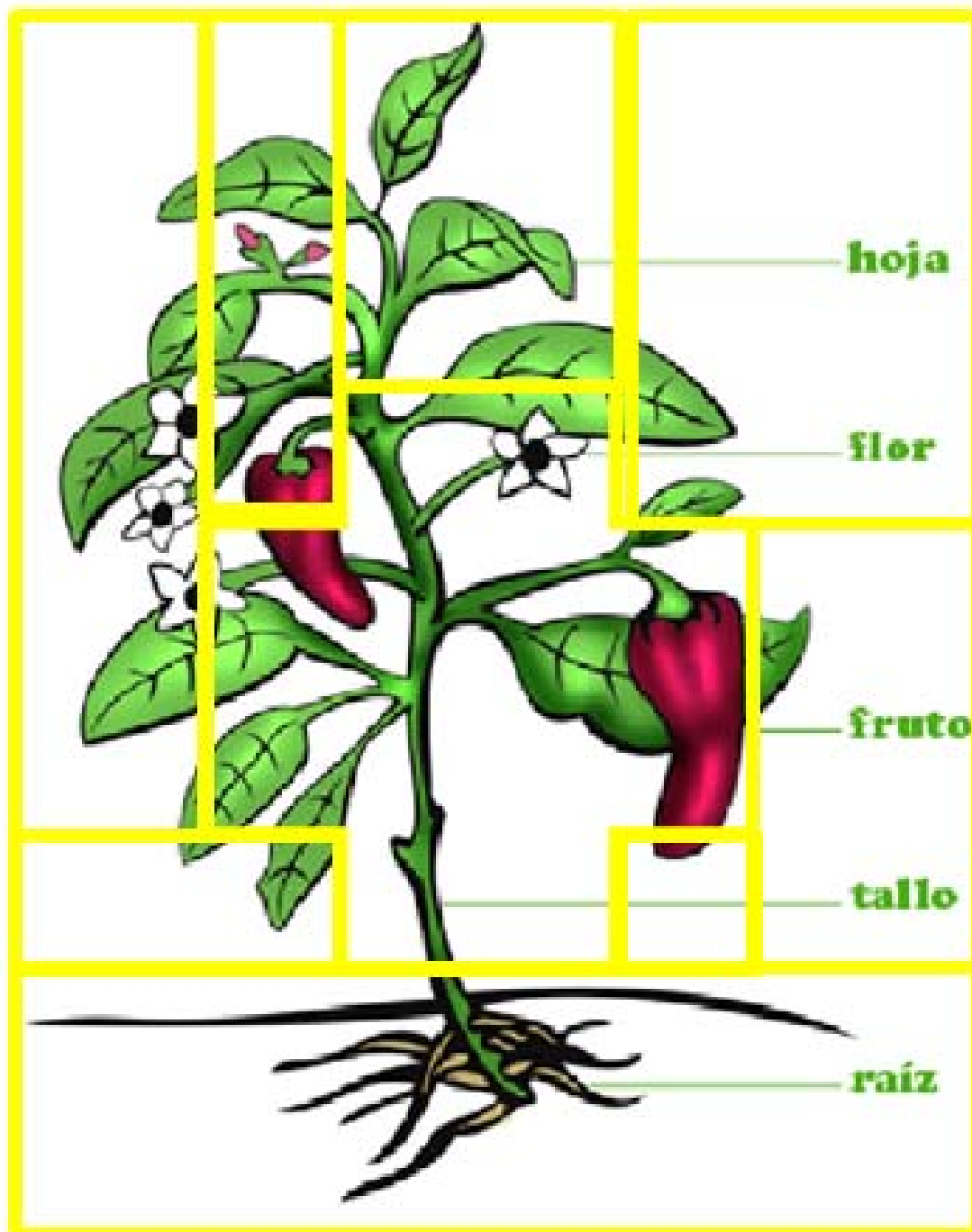
Un cordial saludo

Anexo XII. Video: “Jaimito y la tierra mágica”

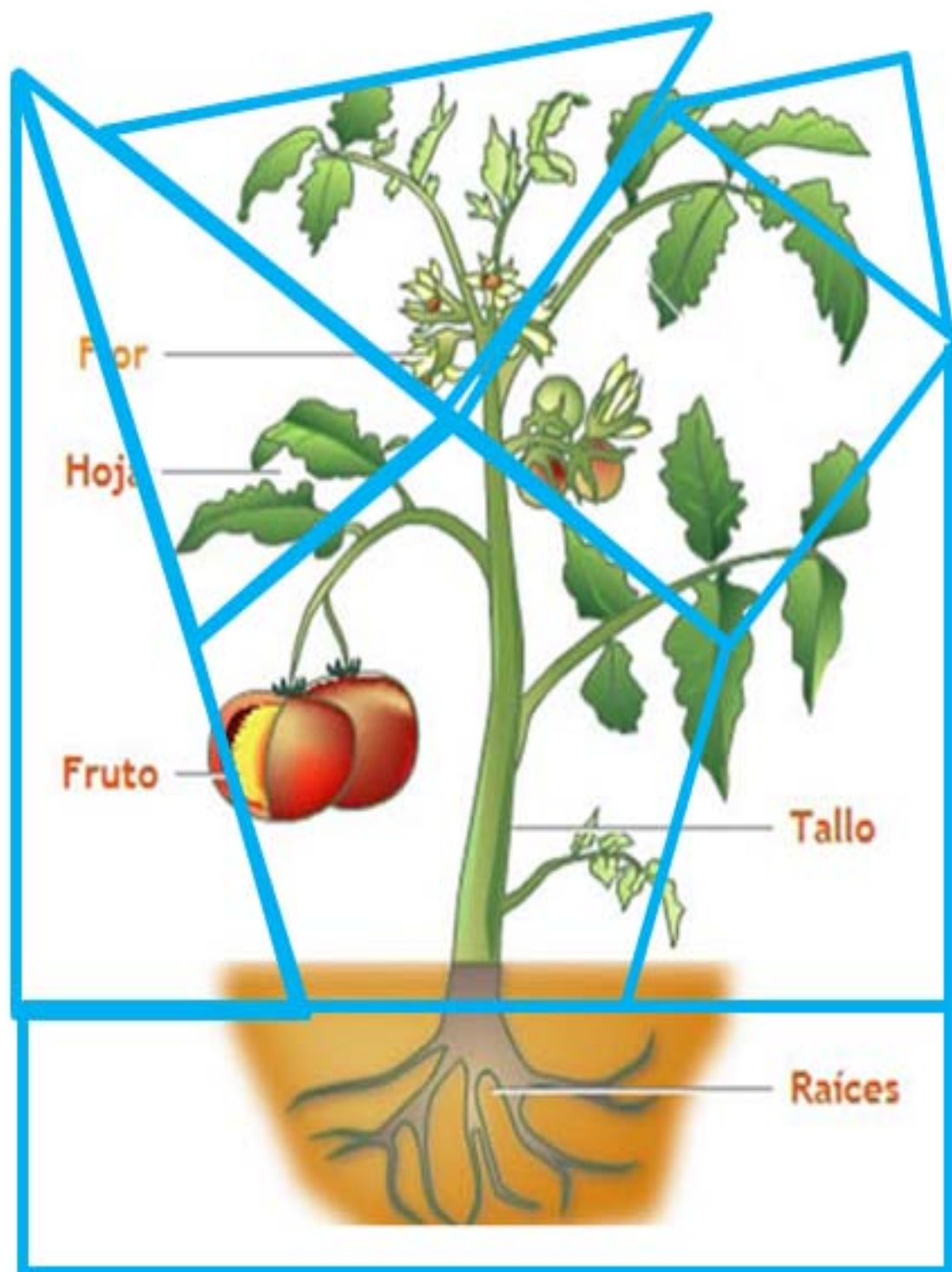
Video: http://www.youtube.com/watch?v=r_akCBAipnc

Anexo XIII. Puzzles

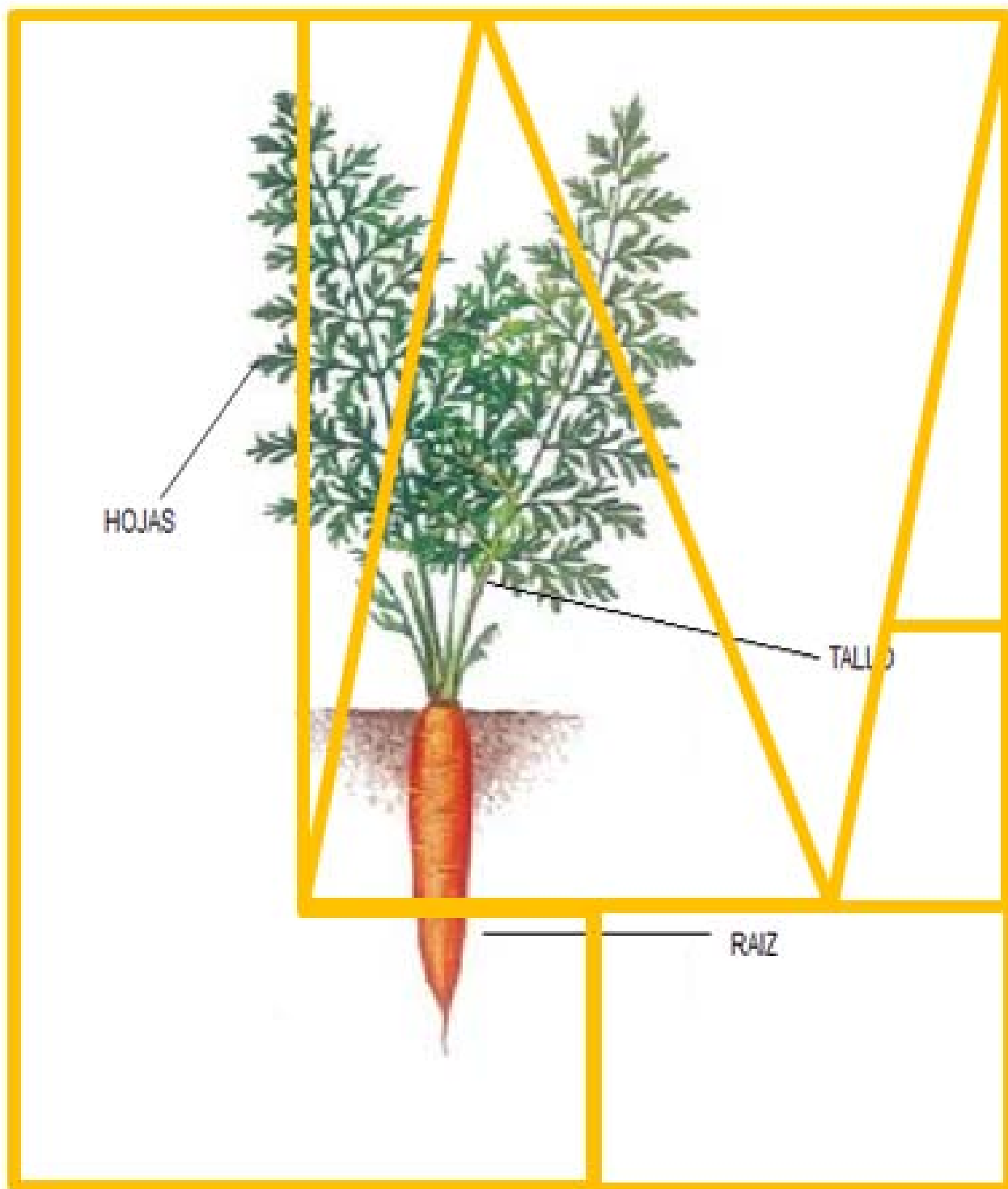
PUZZLE 1: Recortar por los bordes amarillos.



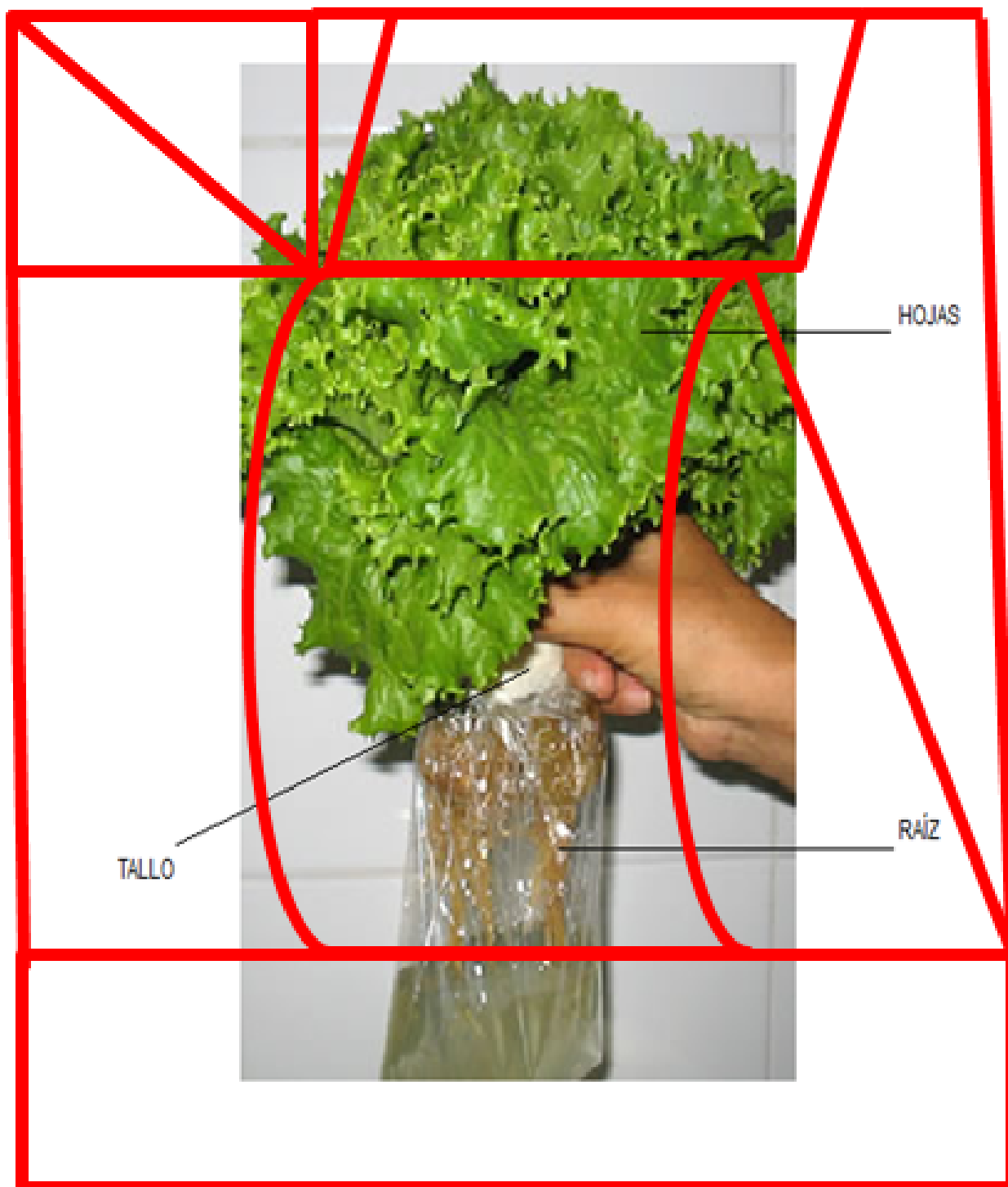
PUZZLE 2: Recortar por los bordes azules.



PUZZLE 3: Recortar por los bordes azules.



PUZZLE 4: Recortar por los bordes azules.



Anexo XIV. Las partes de las plantas y sus alimentos

Clasificalos LOS ALIMENTOS según la parte de la planta que se coma.

RAÍZ	TALLO	HOJA	FLOR	FRUTO



LECHUGA



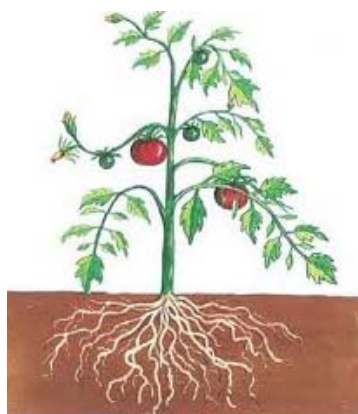
ZANAHORIA



PUERRO



FRESAS



TOMATE



ALUVIA VERDE



RABANOS



PEPINO

Anexo XV. Plantas mustías

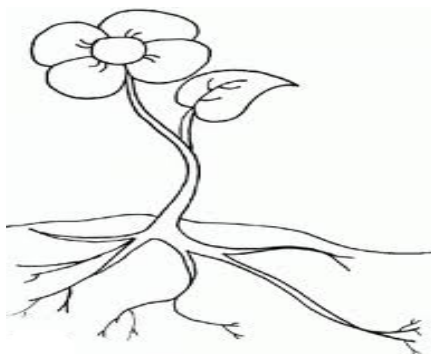
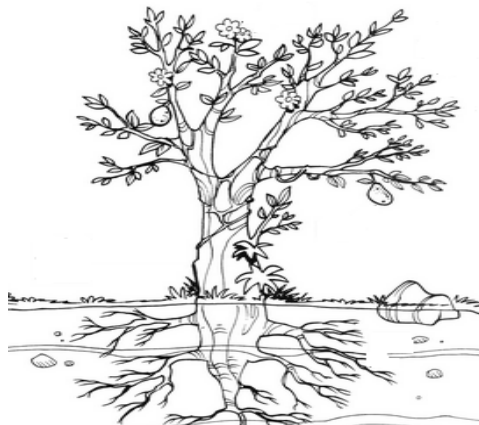
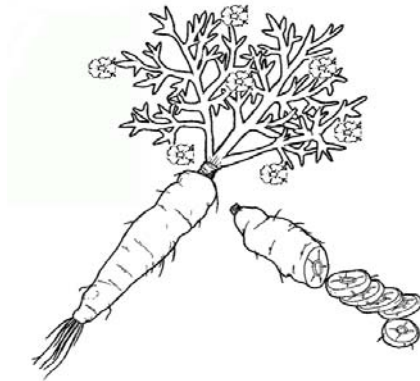


Anexo XVI. Video “El coleccionista de semillas”

Video: <http://www.youtube.com/watch?v=eDimwrJ7jnU>

Anexo XVII. Colorea

Colorea sólo las partes de la planta y pon sus nombres.



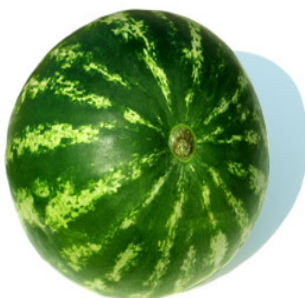
Anexo XVIII. Matemáticas

Haz fotocopias y recortalas.



Anexo XIX. Alimentos para el mercado municipal

- FRUTERIA:



- **VERDULERÍA:**



- CARNICERIA:



- **PESCATERÍA:**



Anexo XX. Video “Canción los alimentos”

Canción: <http://www.youtube.com/watch?v=C4pAF-MQJvc&list=PLA650BAEAD40A0BAB>

Anexo XXI. El cuento de la lechuga

EL MISTERIO DE LAS LECHUGAS

En casa de Teresa había un bonito huerto dónde su abuelo Tomás plantaba todo tipo de verduras: rábanos, pepinos, habas, espinacas, acelgas, calabacines y árboles frutales; había un naranjo, un olivo con hermosas aceitunas, y un gran limonero que daba unos limones muy jugosos.

Y como a Teresa le gustaba mucho la ensalada, además de coliflor, alcachofas y berenjenas, su abuelo plantaba muchas tomatas y también muchas lechugas.

Todas las mañanas, Piopí, un pajarito pequeñín, se daba una vuelta por el huerto y desayunaba hojitas de lechuga.

El abuelo, cuando las veía picoteadas se enfadaba mucho, no se imaginaba que lo hacía Piopí.

Un día de fiesta que no tenía que ir al colegio, Teresa se levantó muy temprano y fue a dar una vuelta por el huerto, y allí, comiéndose las lechugas estaba Piopí.

-Así que eres tú, pajarito, el que destroza las lechugas de mi abuelo, ¿sabes? está muy enfadado.

-Hola, me llamo Piopí y me las como porque tengo hambre.

-Está bien Piopí, haremos una cosa, todas las mañanas, antes de irme al cole cogeré una hoja de lechuga y te la pondré en este platito, así no tendrás que picotearlas todas.

-Vale, Teresa, yo tampoco quiero que tu abuelo esté enfadado.




Y a partir de entonces, todas las mañanas, Teresa preparaba el desayuno a Piopí y de paso hablaba un rato con él.

El abuelo Tomás no podía ni imaginar cómo su nieta había solucionado el problema de las lechugas.

ANEXO XXII. Video , Los fruittis capítulo 1 02

Video: <http://www.youtube.com/watch?v=MfHeCsnlkZU>

Anexo XXIII. Bits de frutas y verduras

	BANANA
	WATERMELON
	MELON



STRAWBERRY



ORANGE



APPLE



LETTUCE



POTATO



TOMATO



CARROT



GREEN VEGETABLES



GREEN PEAS

Anexo XXIV. Tablas evaluación

Nombre alumno/a:

ITEMS	SI	NO	Anotaciones
Sabe desenvolverse buscando información con las nuevas tecnologías.			
Reconoce la importancia que tiene cultivar un huerto.			
Sabe cómo cultivar el huerto.			
Sabe que alimentos se pueden cultivar en el huerto.			
Reconoce el nombre de cada alimento del huerto.			
Es consciente de la importancia del cuidado del medio ambiente.			
Distingue las partes de las plantas.			
Sabe cuáles son los cuidados que precisa una planta.			
Distingue los tipos de plantas.			
Ha aprendido qué son hábitos saludables de alimentación.			
Reconoce cuales son los principales nutrientes de los alimentos.			
Comprende que función aportan cada nutriente a nuestro organismo.			
Es consciente de la importancia que conlleva llevar una alimentación sana para prevenir enfermedades.			
Sabe que es una dieta saludable.			
Sabe cómo tienen que ser una dieta saludable.			
Sabe explicar lo que transmite la pirámide alimenticia.			
Es creativo realizando sus trabajos.			
Desarrolla la imaginación a la hora de elaborar cuentos, caligramas, adivinanzas...			
Tienen coherencia sus producciones escritas.			
Reconoce las palabras de frutas, verduras y hortalizas en inglés.			
Se desenvuelven matemáticamente en la vida cotidiana.			
Sabe resolver los problemas matemáticos.			
Disfruta realizando las actividades.			
Muestra una actitud participativa en las actividades.			
Respeto a sus compañeros/as.			
Sabe trabajar en grupo.			
Se relaciona con todos sus compañeros/as.			

Tabla autoevaluación alumnado

ITEMS	SI	NO	Anotaciones.
He aprendido a utilizar las nuevas tecnologías para buscar información.			
He aprendido a cultivar un huerto.			
Sé que alimentos puedo cultivar en el huerto.			
Nombro correctamente los alimentos del huerto.			
He cuidado bien las plantas.			
Reconozco las partes de una planta.			
Distingo los tipos de planta.			
Sé que es una dieta saludable.			
Sé cuáles son los diferentes nutrientes de los alimentos.			
Sé que función desempeña cada nutriente en nuestro cuerpo.			
He aprendido a realizar un menú saludable.			
He sabido resolver los problemas de matemáticas.			
He aprendido vocabulario de inglés de frutas, hortalizas y verduras.			
He disfrutado realizando las actividades.			
He ayudado a mis compañeros cuando lo necesitaban.			
He respetado a mis compañeros/as.			

Anexo XXV. Invitación a la comida colectiva